

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

Pedagogická fakulta

Katedra tělesné výchovy



## **Způsoby založení a vedení útoku v ultimate frisbee**

Manners of leading the offense in ultimate frisbee

Bakalářská práce

**Vedoucí práce:** PaedDr. Ladislav Pokorný

**Autor:** Jan Splítek

**Studijní program:** Specializace v pedagogice; TVS - ZSV

2014

### **Čestné prohlášení**

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma **Zavedení a vedení útoku ve frisbee ultimate** vypracoval pod vedením vedoucího bakalářské práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále prohlašuji, že tato bakalářská práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze, dne: 8.4.2014

Jan Splítek

.....

## **Poděkování**

Tímto bych rád poděkoval svému vedoucímu práce PaedDr. Ladislavovi Pokornému za cenné rady, vstřícný přístup, pomoc a odborné vedení této práce.

Dále děkuji celé své rodině a blízkým přátelům za výborné zázemí pro zpracovávání této práce a po celou dobu studia.

## **Abstrakt**

Práce je zaměřena na útočnou fázi frisbee ultimate, konkrétně na herní dovednosti a na jednotlivé taktiky, které se hrají ve frisbee ultimate.

První část práce se věnuje představení hry frisbee ultimate, jejím pravidlům a historii. Dále jsou rozebírány herní činnosti nejen jednotlivých hráčů, ale i činnost týmu, které jsou potřeba ve hře frisbee ultimate.

Výzkumná část práce využívá rozbor videozáznamů z Mistrovství Evropy klubů z francouzského Bordeaux, kde jsou sledovány útoky vybraných týmů. Práce analyzuje, jaké typy útoku týmy hrají a v jaké části zápasu se jednotlivé útoky nasazují. Neméně důležitá je pak průměrná délka a procentuální úspěšnost útoku. Zajímalo mne také, kde tým při útoku nejčastěji ztrácí disk.

Informace získané v této práci by trenéři mohli využít při nasazování jednotlivých útoků v zápasech. Dále je možné informace použít pro zlepšení herního a fyzického výkonu týmu.

## **Klíčová slova**

Frisbee ultimate, útočné taktiky, vertikální lajna, horizontální lajna.

## **Abstract**

My thesis is dealing with the manners of leading offense in Ultimate Frisbee. The main focus of the thesis is on game skills and on different offense tactics that are applied in the game.

First part of the thesis introduces Ultimate Frisbee and provides general information about the rules and the history of the sport. It also explains the roles of individual players and the role of the team as a whole. Both roles are very important.

The research part of my thesis is based on video recordings from the European Ultimate Championship Finals. The tournament took place in September 2013 in Bordeaux, France. In the videos, I observed what offense tactics chosen teams used and in what part of the game they used them. Furthermore, I was interested in the average length of an offense and in the percentage of success of all offenses. Last but not least, I tried to discover in what situations the teams lose the possession of the disc most frequently.

The information elaborated in my thesis could be useful for Ultimate coaches in many ways. Based on the statistics, they could choose adequate type of offense regarding the game situation. Finally, the information could be useful for improving physical and strategic achievements of the team.

## **Key word**

Frisbee ultimate, offensive tactics, vertical lane, horizontal lane

## Obsah

1	Úvod.....	8
2	Problémy a cíle práce.....	9
2.1	Problém práce .....	9
2.2	Cíl práce.....	10
3	Teoretická východiska práce.....	11
3.1	Fenomén frisbee .....	11
3.2	Vznik a historie frisbee, jako létajícího disku .....	11
3.3	Světová asociace létajícího disku (WFDF) .....	13
3.4	Ultimate frisbee principy hry.....	13
3.5	Spirit of the game (duch hry).....	14
3.6	Pravidla Ultimate frisbee .....	16
3.7	Činnosti jednotlivce.....	18
3.7.1	Házení.....	18
3.7.2	Pivotování.....	23
3.7.3	Chytání.....	25
3.7.4	Markování .....	26
3.7.5	Pohyb hráče na hřišti .....	27
3.8	Útočné činnosti týmu.....	29
3.9	Hráčské funkce .....	30
3.9.1	Rozehrávač (Handler).....	30
3.9.2	Střed (Middle).....	31
3.9.3	Dlouhý (Long) .....	31
3.10	Základní útočné taktiky ve frisbee ultimate.....	31
3.10.1	Vertikální lajna (lajna) .....	32
3.10.2	Dump .....	34
3.10.3	Swing .....	35

3.10.4	Horizontální lajna (příčná).....	35
3.10.5	Útok proti zónové obraně .....	37
4	Hypotézy .....	40
5	Metody a postupy práce .....	41
5.1	Metoda pozorování .....	41
5.2	Metoda srovnávání .....	42
6	Výzkumná část.....	43
6.1	Použitý výzkumný vzorek .....	43
6.2	Popis výzkumu .....	43
6.3	Výsledky výzkumu .....	44
6.3.1	Definování jednotlivých útoků využívaných ve frisbee ultimate .....	44
6.3.2	Zastoupení jednotlivých útočných taktik při útočné fázi.....	45
6.3.3	Procentuální úspěšnost jednotlivých útoků .....	46
6.3.4	Závislost počtu přihrávek na jednotlivém typu útoku .....	47
6.3.5	Průměrný počet přihrávek v jednotlivých typech útoků.....	48
6.3.6	Průměrný čistý čas útoku.....	49
6.3.7	Procentuální zastoupení útoků postupným útokem oproti dlouhým přihrávkám do zóny .....	50
6.3.8	Vliv typu útoku na počet ztrát disku.....	50
7	Diskuze.....	52
8	Závěry .....	55
9	Použitá literatura .....	58
10	Seznam obrázků a grafů .....	60
10.1	Seznam obrázků.....	60
10.2	Seznam grafů .....	61
11	Seznam příloh.....	62
12	Přílohy .....	63

# 1 Úvod

Frisbee jako létající talíř zná skoro každý, méně známá už je však hra s létajícím talířem frisbee ultimate. Tato hra se ale začíná postupně rozšiřovat do všeobecného povědomí populace. Například v Americe se stává frisbee ultimate jedním z nejpobulárnějších sportů vůbec. A kdo ví, zda za pár let nebude podobně v České republice pobulární jako například florbal nebo basketbal. Nasměrován má tento sport správným směrem, vybavení pro tuto hru je minimální a radost ze hry veliká. Co je typické pro tuto hru je spirit of the game. Princip hry, podle kterého se hráči na hřišti řídí. A to i ve chvílích, kdy jde o vítězství, se dokážou hráči tohoto sportu chovat sportovně a přátelsky. Toto vše se děje za nepřítomnosti rozhodčího, který ve frisbee ultimate nefiguruje.

I mne tento sport zaujal a začal jsem hrát tuto hru. Frisbee ultimate hraji již šestým rokem. Za tu dobu jsem se zúčastnil tréninkových campů, nejprve jako začátečník, poté už jako lektor. Prošel jsem výběry juniorské reprezentace i reprezentace OPEN. Již 2 roky působím jako hlavní hrající trenér nejlepšího českého týmu Prague devils a juniorské reprezentace do 20 let. S frisbee ultimate jsem měl možnost konfrontace se zahraničními týmy, převážně z Evropy. To mi pomohlo k širšímu pohledu na tento sport. Z těchto zkušeností bych rád čerpal i při napsání této bakalářské práce.

Práce má za úkol celkově zmapovat a porovnat útočné taktiky vyskytující se ve frisbee ultimate. Tyto informace by mohli sloužit začínajícím týmům k naučení potřebných dovedností při této hře. Tyto informace jsou sepsány v kapitole „Teoretická východiska práce“, která je členěna do podkapitol: Fenomén frisbee, Vznik a historie frisbee, jako létajícího disku, Světová asociace létajícího disku, Principy hry, Spirit of the game, Pravidla frisbee ultimate, Činnosti jednotlivce, Útočné činnosti týmu, Hráčské funkce a Základní útočné taktiky.

Bakalářská práce a její praktická část se skládá z kapitol: Hypotézy, Metody a postupy práce. Poté následuje kapitola Výzkumná část, která se zabývá výzkumem zápasů z Mistrovství Evropy klubů 2013. Hlavní metodou výzkumu bylo pozorování videozáznamů vybraných utkání z tohoto mistrovství. Tyto výsledky a poznatky jsou určeny především trenérům k zlepšení taktického výkonu svého týmu a k fyzické připravenosti hráčů v frisbee ultimate.



## **2 Problémy a cíle práce**

### **2.1 Problém práce**

- Jaké existují typy útočných taktik ve frisbee ultimate?
- Jaké je procentuální využití typů útoků v zápase?
- Jaká je procentuální úspěšnost jednotlivých útoků?
- Závisí počet přihrávek na jednotlivém typu útoku, jaký je průměrný počet přihrávek v jednotlivých typech útoků?
- Jaký je průměrný čistý čas odehraný v útoku?
- Jaké je procentuální zastoupení útoků postupným útokem oproti dlouhým přihrávkám do zóny?
- Má typ útoku vliv na počet ztrát disku?

## 2.2 Cíl práce

Hlavním cílem této práce je zmapovat a porovnat jednotlivé útoky ve frisbee ultimate.

Dále jsem si stanovil dílčí cíle:

- Definovat jednotlivé útoky používané ve frisbee ultimate.
- Vyhodnotit a porovnat, jaké je zastoupení typů útoků.
- Zmapovat a porovnat procentuální úspěšnost jednotlivých útoků.
- Zmapovat a porovnat, jaké průměrný počet přihrávek u jednotlivých typů útoků.
- Změřit a porovnat, jaký je čistý čas odehraný v útoku.
- Porovnat procentuální zastoupení 2 útoků, postupný útok versus dlouhé přihrávky do zóny.
- Zmapovat a vyhodnotit, zda určitý typ útoku má vliv na počet ztrát disku.

## **3 Teoretická východiska práce**

### **3.1 Fonomén frisbee**

Samotný létající talíř zná skoro každý. V parcích, na plovárnách můžeme sledovat partu házející si s tímto předmětem. Málokdo však zná hry, které se dají provozovat s touto placatou hračkou. Jsou to například disk golf, frisbee freestyle, GUTS, double discourt a frisbee ultimate. Právě o frisbee ultimate by měla být tato bakalářská práce. Frisbee ultimate není tak stará sportovní disciplína, ale její rozmach v posledních letech je veliký. V USA bylo dokonce frisbee ultimate zvoleno jako nejprogresivněji se rozšiřující sport (podle CNN). V České republice se této disciplíně věnuje okolo 600 registrovaných aktivních hráčů (podle ČALD). Frisbee, to je i určitý styl života. Příznivci a hráči tohoto sportu se stýkají na turnajích a jsou sami mezi sebou kamarádi. K tomu dopomáhá nejdůležitější princip této hry Spirit of the game. Frisbee ultimate se hraje v kategoriích OPEN (pouze muži), WOMAN (pouze ženy), MIXED (muži+ ženy dohromady).

### **3.2 Vznik a historie frisbee, jako létajícího disku**

Nápad házet si létajícím talířem vznikl v roce 1871 v americkém státě Connecticut, ve městě Bridgeport. Zde v té době sídlila pekařská firma Frisbie Baking Company, vyrábějící kromě jiného také koláčky, které se prodávaly v mělkých kulatých formách. Studenti z okolních škol brzy zjistili, že formy od koláčů dobře létají a začali si s nimi hrát, potažmo házet. Tento okamžik se proto dá považovat za úplný začátek dnes již známého létajícího disku.

Žákům v Bridgeportu vydrželo házení koláčových forem celých 75 let, než se v roce 1947 objevil jistý Walter Frederick Morrison. Stavební inspektor z Los Angeles vycítil možnost obchodu díky vzrůstající popularitě talíře, která se v té době rozšiřovala mezi americkou veřejností. Vymyslel a vyrobil umělohmotnou verzi frisbee, kterou nazval Pluto Platter. Tento nový umělohmotný vynález létal s lepšími letovými vlastnostmi, než pekařská forma na koláče od Frisbie Baking Company. S jeho vylepšeným létajícím diskem měl úspěch

a tak ho v roce 1951 se začal masově prodávat. Nového létajícího disku si v roce 1955 všimli majitelé firmy Wham-O, Richard Kerr a A.K. Melin. Odkoupili od Morrisona práva k jeho disku Pluto Platter. Dne 13. ledna 1957 začala firma oficiálně prodávat svůj nový výrobek, létající disk Flying Saucer. O rok později byl Morrisonovi udělen patent na jeho vynález a od té doby mu vynesly podíly z prodeje létajících disků více než milión dolarů. V tom samém roce shodou náhod zkrachovala pekařská firma Frisbie Baking Company. Co nebylo sepsáno na papíře, jako by nebylo. I když si lidé hráli skoro celé století s létajícími disky velmi podobnými těm současným, za oficiální rok vzniku létajícího disku lze považovat teprve rok 1958, kdy Walter Morrison obdržel již zmíněný patent.

Richard Kerr začal uvažovat o novém názvu pro létající talíř z důvodu zisků. Nakonec jen poupravil původní jméno a v roce 1959 si jeho firma Wham-O nechala patentovat název Frisbee. Změna jména, podpořena chytrou marketingovou strategií, která byla postavena na házení si s diskem jako hrou, pomohla raketovému vzrůstu prodeje Frisbee. V roce 1964 dal Ed Headrick, vynálezce ve firmě Wham-O, létajícímu talíři současný tvar. Jeho typické drážky vystupující po obvodě disku na horní straně pomáhají letové stabilitě disku. Tento tvar je považován za první profesionální model létajícího talíře a byl Edu Headrickovi patentován v roce 1966. Strategie firmy Wham-O udělat z Frisbee novou kolektivní hru se v roce 1967 chytli studenti střední školy v Maplewoodu, v americkém státě New Jersey. Házení frisbee mezi sebou je příjemná zábava a relaxace, ale je třeba se u toho začít více hýbat a běhat. Stalo se. Studenti kromě běhu přidali další pravidla. Vymysleli hřiště, na kterém se bude hrát a dali tak vzniknout novému sportu Ultimate frisbee.

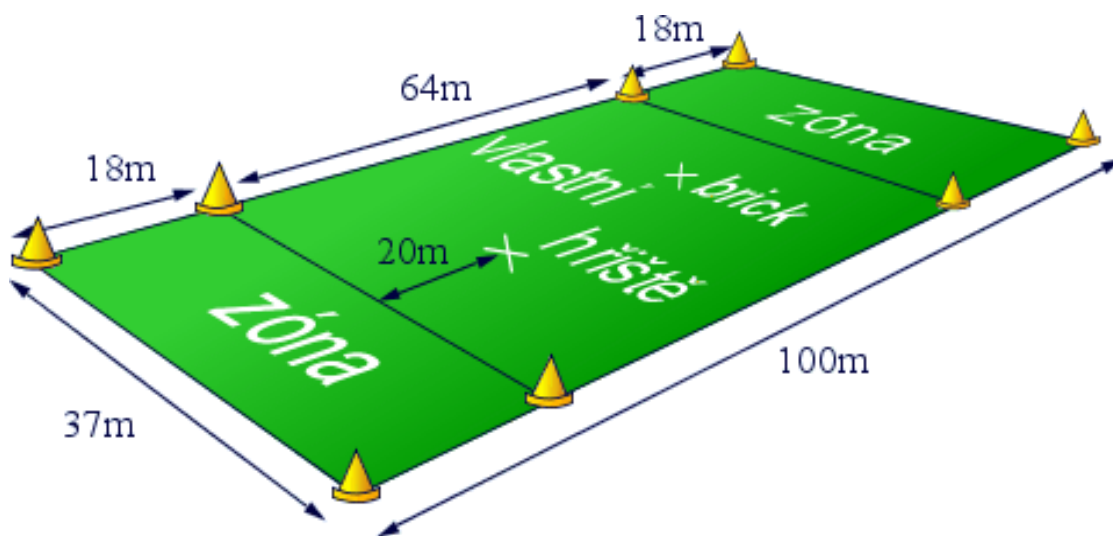
V současné době se ultimate frisbee hraje ve všech světadílech vyjma Antarktidy. Světová federace eviduje více než 100 národních asociací a počet aktivních hráčů se dá počítat na desetitisíce. Do Čech se dostalo Frisbee v osmdesátých letech, kdy bylo použito jako jedno ze sportovních náčiní na spartakiádě v roce 1985. Samotná hra ultimate frisbee se k nám dostala v roce 1991, kdy také vznikla Česká asociace frisbee (dnes Česká asociace létajícího disku, ČALD).

### 3.3 Světová asociace létajícího disku (WFDF)

Světová asociace létajícího disku je mezinárodním orgánem regulujícím sporty s létajícím diskem. Založena byla roku 1984 ve Švédsku, ale později přesídlila už jako nezisková organizace do Colorada v USA. WFDF sdružuje 51 stálých i prozatímních členů ze šesti kontinentů. Sportem, kterému věnuje WFDF největší pozornost, je ultimate frisbee. Ultimate se v současné době hraje ve více než 80 zemích po celém světě. WFDF je zapojena do olympijského hnutí a je řádným členem Mezinárodní asociace Světových her (IWGA) a Sportaccord, největší organizace na světě zastřešující sportovní aktivity. WFDF reguluje i další sporty s létajícím diskem. Sem patří guts, freestyle, discgolf, hod do dálky, double disc court, self caught flight, hod na přesnost a discathlon.

### 3.4 Ultimate frisbee principy hry

Ultimate frisbee je týmový sport, hrající se na hřišti o rozměrech 100 x 37 m (na obou koncích hřiště je zóna o rozměrech 18 x 37 m). Ultimate hrají dva týmy o 7 hráčích na hřišti, v halovém podání 5 hráčů. Kolik je maximální počet hráčů není pravidly omezeno. Pro oficiální soutěže ve ultimate frisbee se používá létající talíř od americké firmy Discraft, který váží 175 gramů o průměru 27 centimetrů, nese název UltraStar. Frisbee ultimate se hraje v kategoriích OPEN (tým složený pouze z mužů), WOMAN (v týmu jsou pouze ženy), MIXED (muži a ženy dohromady v poměru 4:3 nebo 3:4).



**Obr. 1:** Hřiště na frisbee ultimate (Dostupné z: <http://cald.cz/co-je-ultimate>)

Cílem hry je chytit disk pomocí přihrávek v zóně soupeře, podobně jako například v americkém fotbalu. Hráč s diskem po chycení disku musí co nejrychleji zastavit a má dovoleno pouze pivotovat. Pokud tým chytí disk v zóně soupeře, získává jeden bod. Tým s vyšším počtem bodů na konci hry vyhrává. Ultimate frisbee se hraje buď na konečný počet bodů (např. 15) nebo do vypršení času (např.: 100 minut) nebo kombinací obou. To udávají pořadatelé turnaje.

Ultimate je jedinečný týmový sport, hrající se bez pomoci rozhodčích a to dokonce na nejvyšších soutěžích typu mistrovství Evropy nebo světa. Dojde-li k nějakému spornému okamžiku na hřišti (např.: foul, chycení v autu,...), dohadují se nejprve hráči, kterých se to týká (útočník/obránce). Pokud se nemohou dotčení hráči dohodnout, mohou se zeptat lidí okolo hřiště, kteří danou situaci s jistotou viděli. Hráči se musí spoléhat na princip Spirit of the game (fair play a sportovní chování, viz kapitola 3.5).

### **3.5 Spirit of the game (duch hry)**

Spirit of the game (SOTG) je základním pravidlem této hry. Je to zároveň nejdůležitější pravidlo, které se v tomto sportu ctí. Každý hráč je sám za sebe odpovědný při hře, jelikož na hřišti ani vně hřiště nejsou rozhodčí. Hráči si tak hru rozhodují sami. Každý hráč ve hře je tedy rozhodčím. Snahu vyhrát ale SOTG neubírá, ve hře můžeme vidět mnoho soubojů, ne však za cenu spirita. Spirit of the game se uděluje týmu po každém zápase týmu. Po turnaji se vyhlašuje cena Spirit of the game, tato cena má mnohdy vyšší cenu, než samotná výhra v turnaji.

Součástí „Spiritu“ je takzvané spiritové kolečko. Po každém zápase se soupeři sejdou v kolečku, kde zhodnotí hru, poděkují soupeři. Je zde prostor na krátkou diskuzi, pokud se někomu něco nelíbilo ve hře, jako například výrazná agresivita, chování soupeře, je prostor o tom diskutovat právě v kolečku.

Co by měli hráči při hře dodržovat? Určitě by se měli hráči dodržovat úctu k soupeři, například podáním ruky, pozdravením. Zbytečně nezastavovat hru nesmyslnými hláškami (např.: kroky, foul, ...), pokud už něco hráč zahlásí, mělo by to být v souladu s pravidly a hláška by se měla vyřešit co možná nejrychleji.

Pokud tým hraje proti soupeři, který správně dodržuje pravidla Spirit of the game, je to velice příjemné, i ve vyhrocených situacích se týmy dokážou chovat přátelsky, což vytváří

příjemnou atmosféru na hřišti i mimo něj. Hráči po každém zápase vyplňují Spiritovou kartičku (viz obr. 2.). Hráči vyplňují na stupnici od 0-4 z těchto oblastí:

- Pravidla a jejich použití (jak soupeři znají pravidla a jestli je dokážou dobře aplikovat)
- Fauly a tělesný kontakt (vyhýbání se úmyslnému kontaktu a úmyslným faulům)
- Férové smýšlení (např.: podání ruky, pozdrav s protihráčem na hřišti)
- Pozitivní přístup a sebekontrola (nezesměšňování soupeře, dohrání zápasu až do konce, rychlé a jasné vyřešení sporných situací)
- Náš spirit v porovnání s protihráčem

**Spirit of the Game Score Sheet**

Spirit of the Game is a fundamental part of (Beach) Ultimate. With this in mind the sheet was designed to educate teams in SOTG and help teams achieve a better understanding of their strengths and weaknesses in terms of Spirit.

Your whole team should be involved in rating the other team! Simply circle one box in each of the five lines and sum up the points to determine the Spirit score for the other team.

Our team name

Their team name

Day

0 Points

1 Point each

2 Points each

3 Points each

4 Points each

	poor	not so good	good	very good	excellent
<b>1. Rules Knowledge and Use</b> <small>For example: They did not make unjustified calls. They did not purposefully misinterpret the rules. They kept to time limits. They were willing to teach and/or learn the rules</small>	0	1	2	3	4
<b>2. Fouls and Body Contact</b> <small>For example: They avoided fouling, contact, and dangerous plays</small>	0	1	2	3	4
<b>3. Fair-Mindedness</b> <small>For example: They apologized for their own fouls. They informed teammates when they made wrong or unnecessary calls. They were willing to admit that we were right and retracted their call</small>	0	1	2	3	4
<b>4. Positive Attitude and Self-Control</b> <small>For example: They introduced themselves. They communicated without derogatory or aggressive language. They complimented us on our good plays. They left an overall positive impression during and after the game, e.g. during the Spirit circle</small>	0	1	2	3	4
<b>5. Our Spirit compared to theirs</b> <small>How did our team compare to theirs with regards to rules knowledge, body contact, fair-mindedness, positive attitude and self-control?</small>	our spirit was much better	our spirit was slightly better	our spirit was the same	our spirit was slightly worse	our spirit was much worse

Total Points

←

0

+

+

+

+

Approved by  
  
WORLD ULTIMATE FEDERATION

&

RULES ULTIMATE FEDERATION

**Obr. 2:** SOTG (Dostupné z: [http://cald.cz/sites/cald.cz/files/sotg\\_v2010\\_en\\_0.pdf](http://cald.cz/sites/cald.cz/files/sotg_v2010_en_0.pdf))

Mnoho lidí si může říct, že to v reálném světě nemůže fungovat, že hráči chtějí vyhrávat mnohdy za každou cenu. Opak je ale pravdou, z vlastní zkušenosti můžu říct, že jsem se snad nikdy nesetkal s nějakým vyloženě špatným spiritovým týmem. Samozřejmě se objeví jednotlivci, který spirit svému týmu sráží. Je ale na týmu, aby zkusil potlačit a zkrotit chování hráče. V krajní situaci ho i z týmu vyloučit. Osobně nejvíce ocení, když hráči řeší hlášky (nějaký problém ve hře) co nejrychleji, aby nebyla narušena plynulost hry.

### 3.6 Pravidla Ultimate frisbee

Ještě před začátkem samotné hry si kapitáni týmů losují, kdo a kde bude začínat. Kdo losování vyhraje má možnost si vybrat buď, útočit jako první (tzn. přijímat výhoz), nebo si vybrat stranu, kde jeho tým začne hrát. Samotná hra potom začíná tak, že se 7 hráčů rozestaví na koncové zóně, zvednutím ruky pak dává najevo soupeři, že je ke hře připraven. Následuje výhoz.

Tým, který jde bránit, začíná výhozem. Výhoz můžeme hodit, kam chceme, nejlépe však do koncové zóny soupeře, aby měl soupeř co nejdelší úsek, ke skórování. V okamžiku, kdy disk opustí ruku hráče, co disk vyhazoval, mohou se hráči pohybovat libovolně po hřišti. Obrana tedy běží co nejrychleji bránit soupeře. V útoku jeden hráč chytá výhoz, ostatní jeho spoluhráči zaujmou co nejrychleji útočné rozestavení a začínají nabíhat. Letící disk může chytit nebo nechat spadnout na zem. Po chycení disku ze vzduchu hráč rozehrává z místa chycení disku. Nechá-li disk dopadnout na zem, rozehrává z místa hřiště, kde se disk zastavil.

Často se stane, že disk dopadne mimo prostor hřiště, hráč má pak na výběr tyto varianty:

- a) zvedá ruku na znamení, že bude rozehrávat z „bricku“ (20 metrů od koncové zóny, brick je vyznačen uprostřed hřiště)
- b) Jde na místo, kde disk opustil hřiště. Rozehrává tedy z obvodové lajny ohraničující hřiště.

Pokud chytač upustí, nebo se pouze dotkne disku a nechytí ho, disk spadne na zem. Tým ztrácí možnost útoku, přechází do obrany (tzv. turnover)

Cíl útoku je jednoduchý. Chytit disk v soupeřově zóně, čímž získávají tým jeden bod. Disk mohou dopravit do zóny soupeře pouze pomocí přihrávek. Po chycení disku musí hráč co nejrychleji zastavit. Poté je odkázán pouze na pivotování. Ostatní spoluhráči se snaží naběhnout pro přihrávku do volných prostorů.

Snahou obránců je přerušit přihrávky útočícího týmu. Pokud obránci ubrání disk, stávají se útočníky. Obránci mohou překazit útok týmu různými způsoby:

- obránce chytí disk dříve než útočník
- házeč hodí disk do outu
- házeč hodí disk na zem
- obránce napočítá útočníkovi, co drží disk do 10- ti



Pokud obránce chytí disk v soupeřově zóně, získává pro svůj tým bod. Tento způsob získání bodu nazýváme Callahan.

V průběhu hry nesmí hráči střídat, mohou střídat pouze zraněného hráče. Střídání tedy nastává až po každém odehraném bodě.

Po každém získání bodu si soupeři mění strany hřiště. Družstvo, které získalo bod, zůstává v zóně, do které doneslo disk. Družstvo, které dostalo bod, jde na opačnou stranu, kde bude přijímat výhoz a má tak možnost útoku.

Hráč, který drží disk, smí přihrát disk jakýmkoliv směrem. Soupeřův obránce (*marker*) stojí před ním nejbližší na vzdálenost disku a počítá od 0 do 10 po sekundových intervalech nahlas tak, aby byl zřetelně slyšet. Házející nesmí s diskem chodit ani běhat, může pouze pivotovat okolo své stojné nohy.

Marker se postaví před házeče a snaží pomocí clonění srazit přihrávku. Nesmí však házeče omezit v pivotování do stran. Zakázáno je jakkoliv se dotýkat hráče s diskem, pokud by tyto pravidla porušil, byl by to foul. Házeč pak naopak nesmí pivotovat do markera.

Obvodové čáry okolo hřiště nejsou součástí hrací plochy. Aby útočník nechytil disk v autu, musí jeho první kontakt s hřištěm být uvnitř hřiště po chycení disku. Po chycení disku uvnitř hřiště smí samozřejmě hráč setrvačností vyběhnout vně hrací plochu, aniž by došlo ke ztrátě disku.

Dojde-li k nějakému přestupku, hráč co byl omezen, zahlásí nahlas FAUL! (případně název jiného přestupku). Ostatní hráči na hřišti se okamžitě zastaví a hra je přerušena. Pokud někdo neslyší zahlášenou hlášku a hraje dál, měl by být někým upozorněn, že je hra zastavena a měl by se vrátit místo kde se nacházel v době ohlášení přestupku. Snahou je pokračovat ve hře, jakoby k hláске (přestupku- faulu) nedošlo.

Pokud si útočník zahlásí foul a disk spadne na zem, mohou nastat tři situace:

a) obránce uzná, že protihráče fauloval => disk se vrací do ruky útočníkovi, který byl faulovaný a hraje se dál

b) útočící hráč uzná, že se o přestupek foul nejednalo => disk získá obránce, z obraného týmu se stává útočící tým

c) hráči se nemohou nedohodnout (tzv. kontest)=> disk se vrací o přihrávku zpět, na hráče, co disk házel

Jak řešit jednotlivé přestupky je podrobně popsáno v pravidlech.

Ultimate je bezkontaktní sport, k fyzickému kontaktu by tedy nemělo docházet. Občas samozřejmě k nechtěnému kontaktu dojde, který ale neovlivní průběh hry ani bezpečnost

hráčů, proto každý kontakt nemusíme brát jako FAUL. Z vlastní zkušenosti můžu říct, že čím vyšší úroveň, tím více kontaktu se soupeřem budete mít. Jde však o to, aby tyto kontakty nebyly nebezpečné a zbytečně neopouštěly smysl Spirit of the game.

Frisbee ultimate se hraje bez rozhodčích, každý hráč má tak v rukou moc ovlivňovat hru. Je na každém hráči, aby byl čestný podle pravidla Spirit of the game (viz. kapitola č. 3.5)

## **3.7 Činnosti jednotlivce**

I když je ultimate frisbee kolektivní sport, každý hráč musí zvládnout základní dovednosti, které zaručují dobrý výkon na hřišti. Můžeme je shrnout do 5 bodů: házení, pivotování, chytání, markerování, pohyb na hřišti.

### **3.7.1 Házení**

Házení je nezbytná dovednost ke zvládnutí hry frisbee ultimate. Existují čtyři základní hody. Forhand, backhand, over-head, hammer. Můžeme říct, že házení můžeme a musíme neustále zlepšovat. Při házení disku je klíčový švih zápěstí. Házení není o síle v paži, ale o švihu v zápěstí. Obecně platí, když chci házet na delší vzdálenost, musím disk co nejpevněji stisknout v dlani.

#### **a) Forhand**

Forhand je jeden ze dvou nepoužívanějších hodů vedle backhandu. Na první pohled se může zdát naučení forhandu velice obtížné, opak je ale pravdou. Pro většinu nováčků je forhand hod, kterého se snaží vyhnout a místo toho házejí pouze backendy.. Ke hře je však nezbytně nutný. Forhand je velice přesný na střední vzdálenosti. Forhand nevyžaduje žádnou sílu v paži, naopak. Forhand vyžaduje minimální náprah paže, proto je tento hod velmi rychlý a je tedy těžké jej jako obránce ubránit. Při forhandu je nutné správné použití zápěstí a prstů.



**Obr. 3:** Držení disku při odhodu forhandem (zdroj vlastní)

Základní forhandové držení je zobrazeno na obrázku výše. Disk držíme v ruce, palec ruky je na horní ploše disku pevně tisknut proti prstům na spodní ploše. Na spodní ploše disku je ukazováček a prsteníček. Tyto dva prsty jsou natažené a podpírají disk ze zpodu. Prostředníček je opřen o hranu disku, což je zásadní moment. O prostředníček se disk roztáčí a dává tak disku poslední impuls k rotaci vpřed. Proto je důležité mít prsty zpevněné. Prostředníček a ukazováček je možné mít u sebe, nebo roztažené. Záleží na každém hráči, jak je mu úchyt příjemný. Pořád ale musíme mít prostředníček opřen o hranu disku. Zbylé dva prsty jsou skrčeny do dlaně.

Házeč stojí čelem k cíli v širším stoji rozkročném, nohy jsou mírně pokrčeny. Praváci mají pivotovou nohu levou. Tudíž uchopí disk do pravé ruky, upažte a mírně pokrčte loket ve výšce pasu. Váhu těla je možné přenést na pravou nohu. Disk držíme vodorovně se zemí, nebo mírně odkloněn. Pro začátek si můžeme vyzkoušet izolovaný pohyb zápěstí, tento pohyb je připodobňován ke švihů bičem. Disk můžeme vypustit, v tento moment disk nepoletí nijak daleko (max. 10 metrů), pokud zvládneme tuto fázi odhodu, aniž by se nám disk klepal v letové fázi. Můžeme přidat k odhodu pohyb v lokti. Důležité je zde koordinace pohybu předloktí a ruky. Náprah začíná pohybem paže vzad, následuje pohyb předloktí do natažení lokte a nakonec švih v zápěstí. Poslední impuls předávají disku prsty, hlavně prostředníček, který je opřen o okraj vnitřní okraj disku.



**Obr. 4:** Pivotování na forhendovou stranu (zdroj vlastní)

## **b) Beckhand**

Beckhand je úplně nejznámější hod, který existuje. Co do provedení je mnohdy pro někoho obtížnější.



**Obr. 5:** Držení disku při odhodu beckhand (zdroj vlastní)

Držení disku na beckhand není tak složité jako je tomu u forhandu. Položíme disk do dlaně, palec přidržuje disk shora, ostatní prsty drží disk zespoda za vnitřní okraj disku. Ukázkou držení disku na beckhand můžete vidět na obr. č. 5. Disk je nutné držet pevně uchopen s uvolněným zápěstím. Házecí postoj je v širším stoji rozkročném, bokem k cíli

(praváci pravým), kolena jsou mírně pokrčena. Váha je přenesena na pravou nohu (obr. 6.). Samotný odhod pak házíme v pivotu, bokem k cíli. Rychlým švihem odvineme paži do natažení. V závěru hodu rychle švihne zápěstím a rozevřeme prsty. „Vypuštění disku nastává cca 30° před čelní rovinou házejícího.“ (Veselý, 2007). Tímto koordinovaným pohybem paže, včetně švihů v zápěstí, udělíme disku potřebnou rychlost, směr a rotaci.



**Obr. 6:** Pivotování na beckandovou stranu (zdroj vlastní)

### **c) Over-head**

Over-head, nebo-li kladivo, je podobný hodu například kriketovým míčkem. Tento hod se častěji používá v ultimate hrajícím se v hale. Venku musíme počítat s rychlostí větru a tak při větrném počasí je téměř nemožné tento hod hodit dokonale. Když je ale bezvětrí, je tento hod velice účinný.



**Obr. 7:** Over- head- základní postoj (zdroj vlastní)

Disk při kladivu uchopíme stejným způsobem jako při forhandu. Paži s diskem zvedneme nad hlavu. Disk mírně nakloníme nad hlavu. Házející stojí směrem k cíli ve „střehovém“ postoji. Při odhodu využíváme podobně jako u forhandu švih předloktím do natažení v lokti, na který navazuje švih zápěstím. Disk odhazujeme vzhůru. Pro delší vzdálenosti využijeme síly celého těla.

Praváci mají stojnou nohu levou, ukročíme tedy pravou mírně vzad a mírně vytočíme boky a ramena vpravo. Náklonem disku od kolmice ovlivňujeme míru levo- pravého vychýlení oblouku.

#### **d) Hammer (kladivo)**

Hammer, nebo-li kladivo je hod používaný hlavně v hale, ze stejných důvodů jako u over-headu (vítr, jelikož je disk vystaven velkou plochou větru). Výhoda tohoto hodu je v rychlosti, kladivo se dá hodit velice rychle. Musíme však počítat s tím, že tento hod musí někdo chytit, což nebývá jednoduchá záležitost, speciálně pro začátečníky.



**Obr. 8:** Hammer- základní postoj (zdroj vlastní)

Kladivo se hází úplně stejným způsobem jako over-head. Rozdíl mezi těmito hody je ten, že kladivo se odhazuje kolmo se zemí.

### 3.7.2 Pivotování

Hráč s diskem se nesmí pohybovat, z toho důvodu využívá pivotování k uvolnění se protihráči. Pivotování je obdobné jako v basketbalu

Před odhodem zaujmeme „střehové“ postavení. Z tohoto postavení máme lepší výchozí pozici pro výpad tzv. „pivot“. Disk držíme jednou rukou, druhá ruka může disk lehce přidržovat před tělem. Pivotovat můžeme do více směrů, to nám, jako útočníkovi dává výhodu před obráncem.

Pravák má stojnou nohu levou. To znamená, že budeme pivotovat na levé noze. Pro odhod forhandu se hráč (pravák) uvolňuje úkrokem pravou doprava. Při beckandu překročením levé nohy diagonálně vlevo.





**Obr. 9:** Pivotování z forhandové strany na beckandovou (zdroj vlastní)

Útočník smí pohybovat druhou nohou, než stojnou na jakémkoliv místo, není-li toto místo již obsazeno jiným hráčem, obráncem.

Cílem pivotování házejícího hráče je dostat se obránce do pozice, kde nemůže odhodu zabránit (nezabrání tak úspěšně provedené přihrávce). Hráč s diskem musí neustále sledovat pohyb spoluhráčů i protihráčů na hřišti a načasovat pivot tak, aby měl ve správný moment prostor k přihrávce na neobsazeného spoluhráče. Nemusí jít pouze o pivotování ze strany na stranu. Jde také o klamavé pohyby paží, trupu, ramen a hlavy. Důležité je při pivotování neztratit rovnováhu.

Zásady, které je dobré si u pivotování uvědomit:

- nejrychleji lze pivotovat ze „střehového“ postoje
- při pivotování se neotáčíme zády, ztratili bychom tak přehled o tom, co se děje na hřišti
- klamavé pivotování můžeme spojovat s přesvědčivými náznaky hodu
- při pivotování zůstáváme ve snížené pozici

Při opomenutí na pivotování může docházet k zablokování přihrávky (hand block).



### 3.7.3 Chytání

Chytání je další důležitá činnost jednotlivce. Pokud tato činnost nebude zvládnuta dokonale, nemůže tým nikdy vyhrávat. Na první pohled je chytání snadná dovednost. Hráčům však hlavně na začátcích dělá velké problémy. Disk se nechytá pouze ve stoji, avšak hlavně v běhu a hlavně plném sprintu. To je zajisté o mnoho těžší, než chytat disk ve stoji. Další faktor, který může ovlivnit úspěšnost chytu je protihráč. Hráči musí zvládnout chytat disky pod tlakem protihráče.

Někdy se házeči nepodaří disk hodit přesně tak, jak si představuje a proto se chytač musí naučit chytat různými způsoby. Chytání můžeme rozdělit na chytání jednoruč a obouruč.

Základní chyt je tzv. „**na čápa**“. Je to způsob chytu, který je nejjistější. I ti nejlepší hráči na světě chytají tímto způsobem. Tento způsob chytu využíváme tehdy, když disk letí přímo na tělo v oblasti od pasu po ramena. Tělo nám může sloužit jako „zarážka“, kdyby disk proletěl mezi dlaněmi. Disk chytáme v horizontální poloze mezi dlaně. Tento chyt můžeme provést pouze pomocí jedné ruky.

Pokud disk letí příliš nízko a nelze už použít chyt na čápa, použijeme **chyt obouruč spodem**. Tento chyt je často používaný s předkloněním trupu. Ruce jsou vedle sebe. Rozevřeme dlaně, otočíme ruce palcem vzhůru, dlaně směřují také vzhůru. Když disk přiletí do dlaní, sevřeme pevně palci na horní ploše disku a ostatními prsty zespodu. Spousta začínajících hráčů používá tento způsob chytu používat i tehdy, když jim disk letí přímo na trup těla. Jako kantoři, trenéři bychom se měli snažit tento chyt odnaučit.

Dalším způsob chytu je **obouruč vrchem**. Tento chyt využijeme ve chvíli, když disk letí v úrovni hlavy a vysoko nad hlavou. V úrovni hlavy bychom měli použít obě ruce, z důvodu bezpečnosti (bráníme hlavu před diskem), a také z důvodu úspěšnosti chytu. Pokud disk letí vysoko nad tělem, chytáme disk jednou rukou, většinou ve výskoku. Disk chytáme do dlaní, palce zasekneme o vnitřní hranu disku, zbylé prsty jsou na vnější straně disku. Ve správný moment sevřeme disk dlaněmi.

Disk povětšinou chytáme před tělem, v úrovni pasu, měli bychom se tedy snažit chytat „na čápa“. Pokud je disk hozen prudce, utlumíme jej pohybem paže k tělu. Disk chytáme buď nataženými rukama, nebo lehce pokrčenými. Vždy, když můžeme, chytejme oběma rukama, je to daleko jistější, než pouze jednou.



**Obr. 10:** Chytání na čápa (zdvoj vlastní)



**Obr. 11:** Chytání obouruč vrchem (zdvoj vlastní)



**Obr. 12:** Chytání obouruč spodem (zdvoj vlastní)

### 3.7.4 Markrování

Markrování, nebo-li obrana hráče s diskem, je obranná činnost, která nám pomůže pochopit způsob hry. Hráč s diskem se nesmí pohybovat. Je tak odkázán pouze na pivotování. I obrana je omezena. Hráče s diskem smí bránit pouze jeden obránce- marker. Další obránci smí být nejblíže 3 metry od stojné nohy útočníka, pokud ovšem nebrání jiného útočníka, stojícího blíž než 3 metry od hráče s diskem. Marker nesmí omezovat útočníka v pohybu. Nesmí také být u hráče blíž, než na vzdálenost disku, bránit útočníkovi ve výhledu.

Marker začíná svoje bránění slovem „stání“ a počítá zřetelně do deseti v sekundových intervalech. Jeho snahou je co možná nejvíce ztížit přihrávku, srazit přihrávku, nebo ji popřípadě chytit.

Je to velice důležitá obranná úloha týmu, neboť jeho úkolem je zabránit přihrávce předem určeným směrem. (tzn. bránit (clonit) předem určenou stranu hřiště). Tuto stranu můžeme označit jako „zavřená strana“. Je to ta část hřiště, která se nachází za zády markera. Hlavní snahou markera je zabránit přihrávce do zavřené strany. Jeho spoluhráči se poté

můžou více soustředit na bránění ve hřišti, kam marker nechává házeče házet. Této straně se říká „otevřená strana“.



**Obr. 13.** Otevřená, zavřená strana (Veselý, Filandr, 2007)

Markerování je aktivní činnost. Makrujeme v rozkročném stoji, kolena jsou mírně pokrčena. Váha by měla být vždy na přední části roztažených nohou, paže v upažení poníž. (pokud vysledujeme, že útočící hráč hází disk vysoko u pasu, zkusíme tomu přizpůsobit markerování). Marker by měl být neustále ve střehu. K markování používá práci nohou, jako jsou úkroky, poskoky stranou. Je důležité nekřížit nohy, abychom neztratili rovnováhu. Častou chybou, jsou pouhé úklony těla do stran.

### 3.7.5 Pohyb hráče na hřišti

Pohyb hráčů na hřišti je pro tým zcela jistě nejzásadnější pro tuto hru. Pokud hráči nebudou vědět, v jaký moment a kam naběhnout, útočícímu týmu bude ztrácet plynulost a pro obranu soupeře je poté snadné útočící tým ubránit. Kam a v jaký moment by měli hráči nabíhat, se budu snažit obecně vysvětlit v této kapitole.

Cílem útočníka, který nabíhá, je naběhnout tak,

1) aby mohl házeč bezpečně přihrát a tým tak získal tak **postup vpřed**. Úkol náběhu je dostatečně se uvolnit svému obránci, naběhnout do volného prostoru, aby házeč nemusel obhazovat ostatní hráče

2) aby získal **výhodnější pozici pro návaznou přihrávku**. Hráč musí předvídat hru. Připravovat si náběhy včas

3) aby **tým neztratil držení disku**. Neupustit přihrávku. Neplést se ostatním náběhům

4) aby **připravil jinému spoluhráči situaci tak, aby dostat přihrávku**. Při hře uděláme nespočet tzv. „hluchých náběhů“, tedy těch, kdy naběhneme, ale nedostane se k nám přihrávka. Hráči si musí uvědomit, že tvoří prostor pro přihrávku ostatním spoluhráčům

Abychom správně provedli náběh a dostali tak přihrávku, musíme vědět: jak naběhnout, kam naběhnout, kdy tam naběhnout. Je nesmírně důležité, aby každý hráč na hřišti věděl co má dělat při různých strategiích. (viz. kapitola 3.9 hráčské funkce)

Asi nejdůležitějším a také nejsložitějším je časování náběhů. Na každý chycený disk (pokud už není v soupeřově zóně) by měla navazovat další přihrávka. Je-li házející bráněn markrem, musí disk odhodit do 10 vteřin. Během těchto 10 vteřin proběhnou maximálně 2 dobré náběhy, ze kterých si musí házeč vybrat alespoň jeden.

Ideální by bylo mít návazný náběh proveden tak, aby nabíhající hráč byl v optimálním místě pro přihrávku tehdy, když hráč s diskem už ustanovil pivotový bod, kouká směrem dopředu a vidí návazný náběh spoluhráče. Pokud navazují přihrávky na jedné straně hřiště plynule za sebou, říkáme tomuto postupu „žebřík“. Pokud je takto plynulý útok, jedna přihrávka následuje druhou bez zbytečného časového zdržení, je to nesmírně těžké pro obranu tento útok zastavit. Hráči neustále mění své pozice a obrana nestíhá měnící se pozice hráčů sledovat.

Snahou nabíhajícího hráče je najít vhodný prostor, kam naběhnout a dostat do tohoto prostoru přihrávku. Při chytání je častou chybou náběhů brzdit. Naopak by měli ještě zrychlit, aby je nepředstihl obránce. Hráč brzdí, až když drží disk jistě a pevně v ruce. Abychom se uvolnili od obránce, měli bychom používat ostré změny směru pohybu, změny tempa, klamání tělem apod. Nezáleží pouze na rychlostních a obratnostních schopnostech, velkou roli zde hraje také myšlení.

Samozřejmě nabíhající může obránce jednoduše předběhnout, to však pouze tehdy, je-li obránce pomalejší, nebo jsou-li pomalejší jeho reakční schopnosti.

Pokud ale jsou oba hráči podobně rychlí, musí útočník využít i jiných „zbraní“ k uvolnění. Začínajícím hráčům lze jednoduše vysvětlit směr náběhu tak, že se nejprve snaží chytit disk v zóně, tudíž běží na dlouhou, pokud přihrávka včas neletí, zasekává běh a vrací se pro disk. Nebo přesně naopak. Nejprve zkouší dostat krátkou přihrávkou disk dopředu, pokud se disk nedostává, zasekává a běží do zóny pro dlouhou přihrávku. Pokud tento proces udělá dostatečně rychle a ve správný moment k přihrávce určitě dojde.

Ve frisbee ultimate je možno střídat hráče až po bodě. Stane se tedy dost často, že hráč už na hřišti fyzicky nemůže a potřeboval by si odpočinout. Chybou by bylo odpočívat v průběhu náběhu. (Běžet pouze padesáti procentní rychlostí svých rychlostních schopností, nebo se dokonce zastavit v průběhu náběhu. Základní pravidlo je odpočívat uprostřed hřiště. Samozřejmě se to liší podle toho, jakou taktiku tým hraje.

Nabíhající musí:

- uvědomit si schopnosti házejícího hráče – odhadnout, zda v dané situaci dokáže přihrát
- vědět, kam naběhnout – vybrat volný prostor, kam házeč dovede přihrát
- předvídat uvolňující se prostor- před začátkem náběhu sledovat pohyb disku v poli a průběh předchozích náběhů, předvídat uvolňující se prostor, sledovat pohyb obránců
- vědět, kdy naběhnout – kdy začít náběh tak, aby byl hráč uvolněn ve správný čas, aby nepřekazil náběh někomu jinému apod.
- sledovat házejícího – kontaktovat jej očima; dát mu najevo, že je připraven chytat přihrávku
- sledovat disk, dokud jej nemá pevně v ruce
- po neúspěšném náběhu rychle vyklidit prostor pro dalšího nabíhajícího a nezůstávat na místě
- být neustále ve střehu, snažit se obránce překvapit a zaměstnávat tak obránce
- číst dráhu letu disku a předpokládat místo dopadu
- předvídat působení povětrnostních podmínek, nutné hlavně pro vzdušné souboje.

### **3.8 Útočné činnosti týmu**

Frisbee ultimate je specifická hra tím, že vám nestačí jeden vynikající hráč v týmu, ale daleko výhodnější je mít v týmu víc průměrnějších hráčů. Ti, když se sehrají a dokážou na sebe zahrát skoro poslepu, mají určitě větší účinnost, než nesehraný tým s vynikajícími hráči.

V této hře nerozdělujeme tým na útočníky a obránce, jako tomu bývá u většiny kolektivních sportů. Pokud útok ztratí disk, ze všech útočníků se stávají obránci. Hráči tedy musí umět zahrát jak útok, tak obranu. Ke kvalitnímu útoku patří v ultimate trpělivost a klid. Často se stává, hlavně nováčkům, že pokud chytí disk, snaží se ho hned odhodit zbavit.

Musíme si uvědomit, že na odhod disku máme deset vteřin. To je dost dlouhá doba na to, aby měl házeč k dispozici alespoň jeden kvalitní náběh. Naopak hráči nesmí být až moc usedlí, je zapotřebí dostat disky do zavřené strany. K tomu, aby disk do zavřené strany dostaly, musí obhodit markera (break). Tým musí umět házet dlouhé hody, bez nich soupeř brzy zjistí, že nemusí bránit hody na dlouhou a soustředí se na bránění hráčů k disku. Tým to poté bude mít v útoku daleko těžší.

Útok v ultimate začíná příjmem výhozu na počátku hry nebo po každém bodu, při hře potom po neúspěšné obraně soupeře. (pokud dostanou bod, v příštím bodě se z obraného týmu stane útočící). Jakmile obranné družstvo přechází do útoku a naopak, ztratí-li útočné družstvo disk, celé družstvo přechází do obrany.

Cílem útoku je dostat disk do zóny soupeře. To pro tým znamená připočtené skóre +1 bod. Který tým má na konci víc bodů, ten vítězí. Prostředkem k získání bodu jsou přihrávky. Počet přihrávek, za kolik by tým měl disk dopravit do soupeřovy zóny, není stanoven. Je tedy pouze na týmu jakou zvolí strategii a herní styl.

Hráč, který drží disk, nesmí s diskem běhat ani chodit. Je tedy odkázán na ostatní spoluhráče. Ti se snaží pomocí náběhů uvolnit do volného prostoru tak, aby vytvořil házeči podmínky pro úspěšnou přihrávku.

### **3.9 Hráčské funkce**

V rámci útoku rozdělujeme hráčské funkce. Frisbee ultimate se hraje v 7-mi hráčích na hřišti. Jsou to rozehrávači (handler), středy a dlouhý. Toto rozdělení napomáhá spíše začínajícím týmům, aby věděli kdo má jakou funkci v útoku a hru tím lépe a rychleji pochopili. Handleři se určují pokaždé. Zkušenější týmy určují spíše dvojice i trojice náběhů, kteří na sebe navazují.

#### **3.9.1 Rozehrávač (Handler)**

Handler je hlavou týmu. Musí to být hráč, který umí dobře házet, jelikož má procentuálně nejvíc disk v držení. Rozehrávač se musí uvolnit na malém prostoru i v časové tísni. Je tedy zapotřebí být velice výbušný a mrštný typ. Rozhodování musí být velice rychlé, avšak klidné, bez zbytečných chyb. Hráč by uměl rychle rozehrát hru, ale i naopak hru zklidnit, když si to situace žádá. Měl by efektivně distribuovat přihrávky středům i dlouhým.

Vždy rozehrává na začátku útoku. Zajišťuje využití celého hřiště, snaží se posunout disk dál na středy nebo dlouhé.

Handleři se ve hře využívají, pokud se disk zastaví a disk nelze přihrát dopředu na nabíhající hráče blíž k zóně soupeře. Tehdy je čas na handlera aby se uvolnil na malém prostoru a umožnil házeči jednoduchou přihrávku. Můžeme říct, že jde o jakýsi restart v rozehrávce, tým má znovu nových deset vteřin na náběhy. Tým má na hřišti většinou 3-4 handlery. V útoku můžeme využít také rozehrávky od handlerů. (bude vysvětleno později.)

### **3.9.2 Střed (Middle)**

Středi jsou hráči, kteří získávají přihrávky primárně od handlerů. Středi na sebe dále navazují dalšími náběhy a přihrávkami. Postupně tak disk dostávají blíž k zóně nebo dokonce do ní. Jejich náběhy jsou delší než handlerské, snaží se získat co nejvíce metrů blíž k soupeřově zóně. Měli by umět dobře číst hru, vědět v jaký moment a kam naběhnout. Chycený disk dále přihrávají buď druhému middlovi nebo dlouhému, anebo vrací zpátky handlerovi. Povětšinou jsou středi mezi sebou domluveni na spolupráci ve dvojici. Např.: Jeden nabíhá první k disku, druhý od disku na dlouhou, z dlouhé nabíhá už na středa, který má disk v držení. Družstvo hraje povětšinou na 2 středy.

### **3.9.3 Dlouhý (Long)**

Úkol dlouhých je jasný, chytat disk v zóně, čímž získává útočící družstvo bod. Ve hře však nedělají pouze to. Nabíhají na handlery i středy. Jejich práce spočívá i v čištění prostoru pro ostatní hráče v týmu. Hráči, kteří hrají dlouhého, musí mít dobré „čtení“ disku, výskok a být připraveni skočit pro disk v „rybičce“. Na této pozici nemusí hráči excelentně házet disk. Dlouhým stačí odhodit disk zpátky na handlera na vzdálenost zhruba 10-20 metrů. V týmu hrají povětšinou 2 hráči na pozici long.

## **3.10 Základní útočné taktiky ve frisbee ultimate**

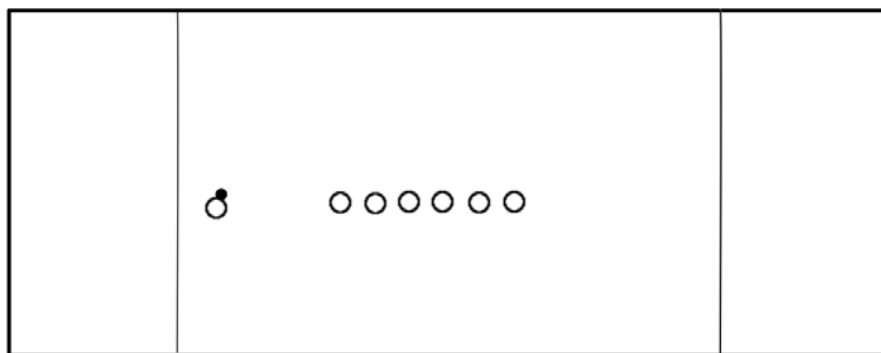
K tomu, aby tým vyhrával zápasy, nevystačí mít pouze dobré házeče a chytače. Velkou roli ve frisbee ultimate hraje taktika a systém, jaký tým hraje. Jak již bylo řečeno výše, hráč s diskem se nesmí pohybovat, je tedy odkázán pouze na pohyb spoluhráčů na hřišti.

Pro obranu je nesmírně složité bránit útok týmu, který hýbe rychle s diskem a tak rychle přenáší hru. K tomu, aby hýbal tým rychle s diskem, musí každý hráč vnímat pohyb ostatních hráčů na hřišti a být sehraný jako tým. Útočníci se uvolňují do volných prostorů na hřišti, kam házeč může hodit disk a náběh může disk pohodlně chytit.

Tou nejzákladnější taktikou ve frisbee ultimate je tzv. „vertikální lajna“.

### 3.10.1 Vertikální lajna (lajna)

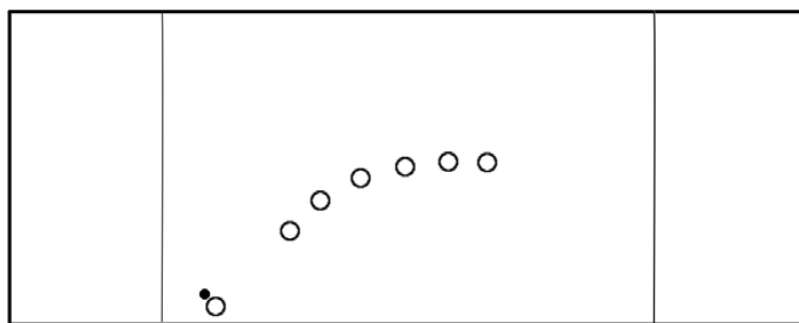
Už z názvu taktiky si dovedeme představit, v jakém rozestavení na hřišti hráči stojí. Na obrázku níže je znázorněno rozestavení hráčů. Handler s diskem stojí cca 15 metrů od prvního člověka v lajně. S posunutím disku blíž k zóně soupeře se musí posouvat i lajna. Vzdálenost by měla být minimálně 10 metrů po celou dobu. První dva hráče můžeme označit jako handlers. Za nimi pak další dva jako middle a poslední dva jako long.



**Obr. 14:** Postavení vertikální lajny z prostředku hřiště (Veselý, Filandr, 2007)

Ve hře se samozřejmě disk nevyskytuje pouze jen ve středu hřiště. Daleko víc házíme disk do stran. K tomu, aby se nám po stranách hřiště lépe hrálo, uděláme jednoduchou věc s postavenou lajnou uprostřed hřiště. Nahneme ji do oblouku tak, abychom měli prostor na obou stranách hřiště (viz. obr. 15.) V tu chvíli mají náběhy k dispozici větší prostor k náběhu k lajně. Hlavně tím vznikne větší prostor pro náběhy handlerů a otevře se zavřená strana, kam můžeme hrát také.





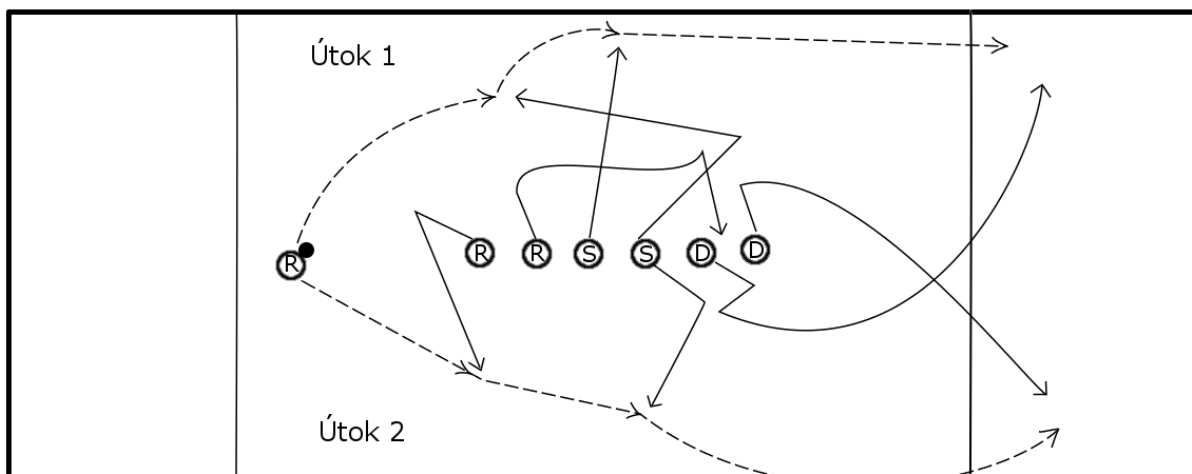
**Obr. 15:** Postavení lajny při útoku ze strany (Veselý, Filandr, 2007)

Velká většina náběhů v tomto druhu útoku nabíhá směrem k disku (směrem od koncové zóny soupeře k disku). Je však nesmírně důležité naučit hráče nabíhat směrem od disku na dlouhou a do stran. Pokud totiž obrana zjistí, že hráči nabíhají pouze proti disku, uzpůsobí tomu obranu. Hráčům by se poté náběh k disku stal takřka neproveditelným. Pokud nabíhající hráč disk nedostane, je důležité co nejrychleji vyčistit prostor, kam nabíhal. Po něm totiž přichází další náběh, který je často do stejného prostoru. Pokud by první náběh zůstal na místě, uzavírá možnost pro druhý náběh. Náběh se buď vrací zpátky do středu hřiště (=lajny), nebo vyběhne na dlouhou a zkusí dostat disk nebo alespoň vytvořit nebezpečnou situaci pro obranu na dlouhé.

V této útočné taktice nenabíhají hráči najednou. Nejprve se určí první náběh, ten většinou začíná z úplného konce lajny. Snaží se naběhnout do otevřené strany. Pokud dostane disk, nabíhá na něj další náběh opět ze samého konce lajny. Pokud disk dostanou náběhy v otevřené straně až do zóny, nebo posunou co nejblíže zóně, říkáme tomu „žebřík“.

Náběhy mohou mít samozřejmě různou dráhu, málokdy je útok pouze přímočarý do zóny. Na obrázku č. 16. si ukážeme možná schémata náběhů.

Zásadní v tomto druhu útoku je dostávat disk do zavřené strany. Abychom disk dostali do zavřené strany, musí hráči v týmu umět prohazovat markera. Pokud disk do zavřené strany dostaneme, máme určitý čas na krátké rychlé přihrávky směrem k soupeřově zóně, protože obrana stojí v otevřené straně.



**Obr. 16:** Schéma možných náběhů (útok veden po levé/ pravé straně) (Veselý, Filandr1 2007)

**Útok 1** – rozehrávka začíná náběhem středa, na něj poté navazuje druhý střed, který získává přihrávku a přihrává dlouhému do koncové zóny soupeře, kde dlouhý chytá bod. Všimněte si náběhu 3. rozehrávače – jakmile zjistí, že na první nahrávku již navazuje další náběh středa, běží dál směrem k zóně soupeře. Když zjistí, že i tam už někdo nabíhá, vrací se do lajny, aby se nepletl.

**Útok 2** – začíná od handlera, přes středa, na dlouhého („žebřík“). Pokud se tento způsob útoku vydaří, je to velice rychlé zakončený útok. Nejdůležitější v tomto útoku načasování a uvolnění útočníků.

K tomu, aby se tým nedostával do chaotické situace při vysoké napočítání, slouží handleři. Ti mezi sebou musí být sehráni tak, aby téměř vždy dostali házeče z potíží. K tomu slouží přihrávka zvaná dump.

### 3.10.2 Dump

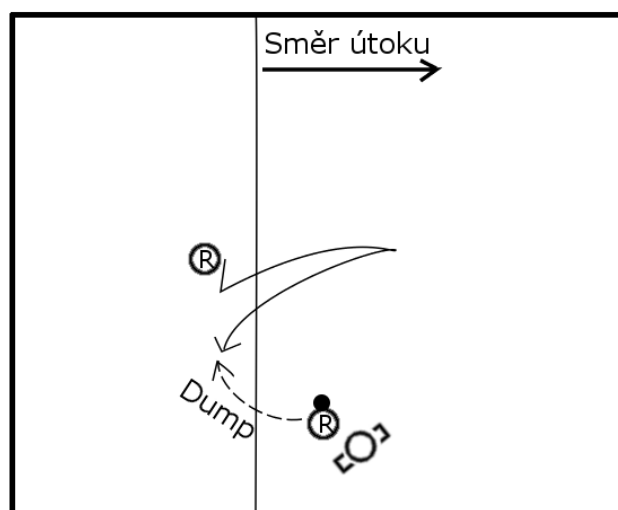
Dump je zpětná přihrávka k vlastní zóně. Jak jsme již říkali, používá se při vysokém napočítání, buď když hráč s diskem už nemá návazný náběh vpřed k zóně soupeře, nebo nemá čas na další náběhy z pole (při vysokém napočítání).

Dump můžeme využít také tehdy, pokud se disk dostane k méně jistému házeči. Je to totiž snadný hod na kratší vzdálenost. Marker se hlavně soustředí na přihrávku dopředu, prostor k odhodu dozadu nebývá tolik markrem obsazen.

Hráč, který hraje dump ve vertikální lajně, může být buď na úrovni disku, nebo stát v postavené lajně. Záleží to na tom, jakou taktiku tým zvolí. Pro začínající týmy je snazší hrát

s dumpem na úrovni disku. Výhodou je zde snazší uvolnění pro dumpera a pocit „jistoty“ hráče s diskem, že má možnost na někoho hrát v situaci, kdy bude mít vysoké napočítání.

Naopak výhodou dumpu stojícího v lajně je větší flexibilita jak uvolňujícího dumpera, tak možnosti kam hráč s diskem může disk odehrát.



**Obr. 17:** Dump na úrovni házeče (Veselý, Filandr, 2007)

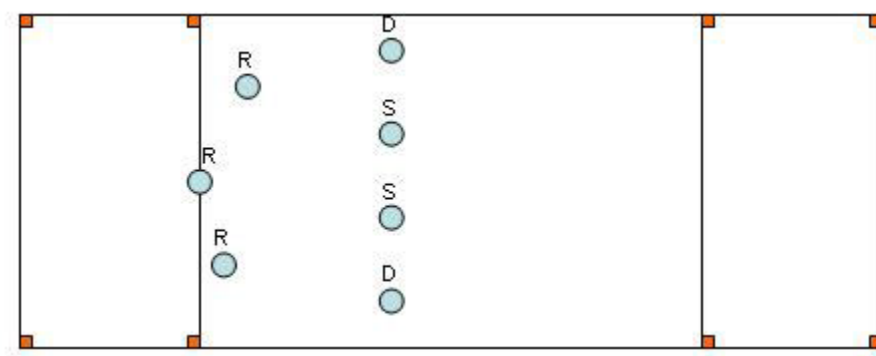
### 3.10.3 Swing

Swing je vlastně pokračováním dumpu. Jedná se přihrávku do šířky hřiště po dumpu, někdy dokonce přes celou šíři hřiště. Dump a swing tedy slouží k rychlému přenášení disku z jedné strany na druhou. Je to složitý moment pro obranu, když se disk po dumpu-swingu dostává do zavřené strany, obrana se dostává do nevýhodného postavení. Další přihrávka po swingu v zavřené straně směřuje většinou blíž k soupeřově zóně. Dump-swing je doménou hlavně handlerů.

Na turnajích můžeme slyšet všudypřítomné rady hráčů vně hřiště řvoucí dump a swing.

### 3.10.4 Horizontální lajna (příčná)

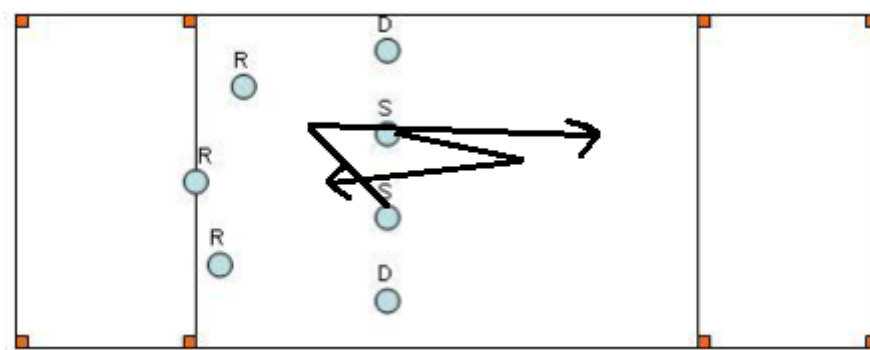
Horizontální lajna vznikla při experimentování s útočným postavením. Hráči Ultimate přemýšleli, jak změnit útok, tak vyzkoušeli lajnu postavit horizontálně. Na obrázku č. 18 si povšimněme rozestavení hráčů. Je to taktika, ve které házeči musí umět házet dlouhé hody. Hráči na náběhu by měly být velice rychlí, dobře číst hru a umět chytat disky na dlouhé.



**Obr. 18:** Rozestavení hráčů v příčné lajně (Hříbal, 2012)

V této taktice hraje tým na tři handlers a čtyři náběhy. Náběhy stojí přibližně 10 metrů od handlerů. Jsou roztaženi po celé šíři hřiště. Mezi sebou mají mezeru cca 8 metrů.

V této útočné taktice nenabíhá pouze jeden náběh, jako tomu bylo u vertikální lajny, ale nabíhají většinou dva náběhy naráz. Náběh v této lajně směřuje buď k disku, nebo na dlouhou. Začínají hráči stojící uprostřed. Předem se domluví, kam kdo začne nabíhat. V podstatě jde o stranově obrácené náběhy. Jeden běží na přihrávku k disku, pokud přihrávku nedostává, zasekává a běží na dlouhou. Druhý útočník dělá opačnou věc. Nejprve běží na dlouhou, pokud přihrávku na dlouhé nedostává, zasekává svůj náběh a běží si pro přihrávku k disku. Toto celé musí zvládnout do přibližně 6 vteřin. Hráč s diskem má poté vysoké napočítání a začínají hrát na sebe handleři dump, popřípadě swing.



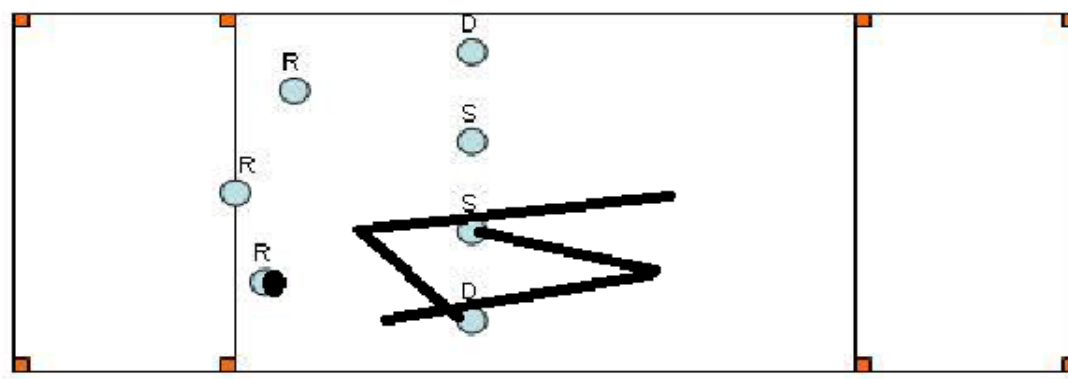
**Obr. 19:** Rozehrávka disku ze prostředka hřiště (zdroj vlastní)

Další dva náběhy můžeme označit jako dlouhé, navazují tedy na první náběhy a snaží se chytat disky v zóně. Mohou ale také vystřídat náběhy ve středu hřišti. Středi totiž udělají 2-

3 náběhy úplně naplno a potřebují si odpočinout. Křiknou tedy na dlouhého, který stojí na kraji hřiště a své pozice si vymění. Takhle by mohli rotovat pořád dokola.

Důležité u tohoto typu útoku je nezůstávat zbytečně na dlouhé, uzavírali bychom prostor pro další náběh hráče na dlouhou přihrávku. Dalším efektem by byla kumulace obránců na dlouhé. To samé platí i u náběhu k disku.

Je důležité držet disk co nejvíce uprostřed hřiště. Z kraje hřiště se nám bude daleko složitěji rozehrávat. Na obrázku můžeme vidět jaká je možná rozehrávka od kraje hřiště.



**Obr. 20:** Rozehrávka z kraje (zdroj vlastní)

### 3.10.5 Útok proti zónové obraně

Použití zónové obrany vyžaduje změnit celý herní styl útoku. Tlak je zaměřen zejména na handlers, kteří jsou bráněni 3 někdy i 4 hráči. (Markerem, který je přímo u házeče, a ostatními 2–3 obránci rozestavenými nejbližší 3 m od stojné nohy házeče.) Společně brání hlavně přihrávkám vpřed do soupeřovy zóny. První úkol útočníků je rozpoznat zónovou obranu a upravit ihned útočné rozestavení. Hra proti zónové obraně je daleko více statictější oproti obraně osobní. Zónový útok se vyznačuje trpělivostí, kratšími přihrávkami a čekáním na chybu obránců v poli. Překonáním „obranného valu“ tzv. zámku a využitím breakové situace, dosáhnou útočníci přečíslení, a tedy možnosti rychlého postupu k zóně soupeře pomocí kratších rychlých přihrávek.

Útočníci se většinou rozestaví do specifického útočného postavení s rozehrávači do trojúhelníku v úrovni disku, středy operujícími uprostřed hřiště v blízkosti rozehrávačů a dlouhými po krajích hřiště.

Přihrávka přímo vpřed do otevřené strany je většinou ze statického postavení téměř nemožná. Útočník s diskem se musí snažit rozhybat zámek (obránci v blízkosti házeče, viz

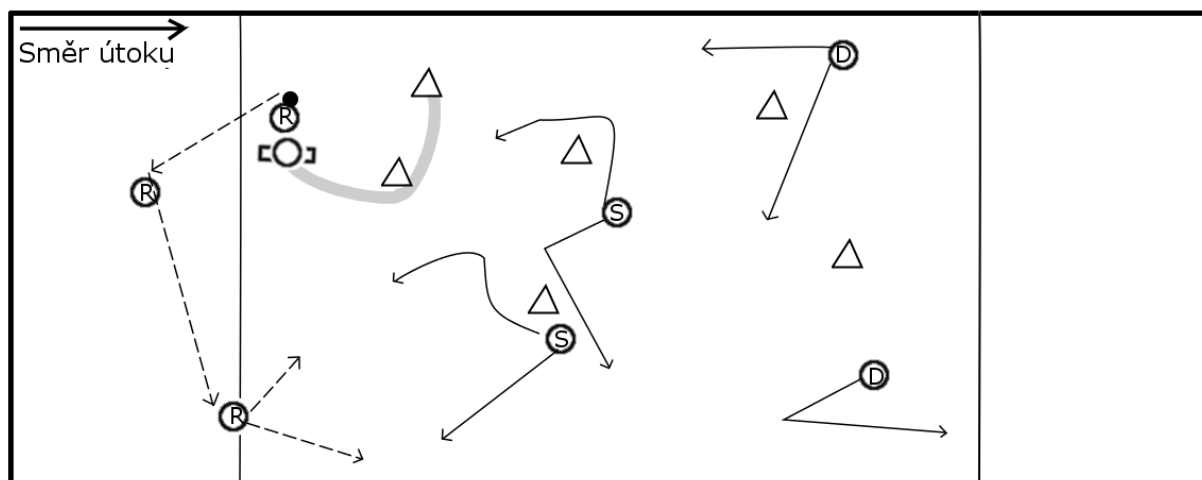
dále) tak, aby bylo možné přihrát vpřed. Toho docílí sérií přihrávek dump-swing, náznaky přihrávek skrz zámek i na dump. Obránci se snaží nepustit disk vpřed, a proto musí i náznaky kopírovat. Vzniklé mezery při pohybu zámku z místa na místo využije házeč k prolomení obrany směrem vpřed na středy.

Útočník musí rozpoznat, kdy je chytač skutečně volný a kdy pouze zdánlivě. Obránci nebrání konkrétního člověka, ale toho, kdo se objeví v jejich prostoru. Útočník může být volný jen na zlomek vteřiny, promarní-li házeč tento okamžik, pak se musí vrátit k bezpečnějšímu hodu na dump nebo na dalšího rozehrávače.

Přihrávkami dump-swing nesmí ovšem rozehrávači ztrácet metry vpřed, swingová přihrávka by měla nahradit, nebo ještě lépe získat, metry ztracené dumpem.

Na průlomovou přihrávku za zámek musí ihned navazovat náběhy na kratší vzdálenosti do středu či krajů hřiště, nebo i do koncové zóny soupeře.

Překonat zónovou obranu někdy vyžaduje i 50 přihrávek bez výraznějšího postupu vpřed. Někdy zase stačí jeden riskantnější hod, kterým se obrana sesype. Vše záleží na citu pro hru, správném zhodnocení situace, vlastních možnostech a rychlém provedení.



**Obr. 21:** Útok proti zónové obraně (Veselý, 2007)

Vysvětlení k obrázku:

Na obrázku je zobrazeno rozestavení zóny – zámek tvoří hráči propojeni šedou čarou. Útočníci hrají se 3 rozehrávači, 2 středy a 2 dlouhými. Rozehrávači posunují disk od jednoho k druhému do té doby, než objeví mezeru v zámku, kterou jej lze prolomit (možné přihrávky šedou přerušovanou čarou)

Středi mohou nabíhat i do zámku a snaží se najít mezeru v něm, případně najít místo pro návazný náběh po lajně, či doprostřed. Dlouzí se pohybují hlavně podél postranních čar a drží obránce roztažené přes celou šířku. Dostane-li se disk do středu hřiště, může jeden z nich navázat náběh také doprostřed hřiště.

## 4 Hypotézy

Hypotézy jsou zformulovány a vychází z problémů a cílů uvedených v kapitole 2.

Stanovení těchto hypotéz vychází z odborné literatury, internetových zdrojů a z vlastních zkušeností.

**Hypotéza č. 1:** Předpokládám, že ve frisbee ultimate existuje více než dvě útočné taktiky, které jsou popsány v teoretické části této práce.

**Hypotéza č. 2:** Předpokládám, že horizontální lajna bude procentuálně o 30 % více zastoupena oproti zastoupení vertikální lajně.

**Hypotéza č. 3:** Předpokládám, že vertikální lajna bude mít procentuálně o 10 % vyšší úspěšnost ve srovnání s vertikální lajnou.

**Hypotéza č. 4:** Předpokládám, že u vertikální lajny bude potřeba větší počet přihrávek a to 12, u horizontální lajny předpokládám přihrávek pouze 9.

**Hypotéza č. 5:** Předpokládám, že průměrný čas odehraný v útoku 1 bodu nebude vyšší jak 1 minuta.

**Hypotéza č. 6:** Předpokládám, že hra postupným útokem bude zastoupena ze 60 % oproti útoku dlouhými přihrávkami do zóny.

**Hypotéza č. 7:** Předpokládám, že u obou útočných lajn dochází k podobně časté ztrátě disků, v průměru 5 ztrát disku za zápas.



## 5 Metody a postupy práce

Ve výzkumné části bakalářské práce jsem využil analýzy vybraných zápasů z Mistrovství Evropy družstev, konaných ve francouzském Bordeaux. Všechny týmy, které jsem analyzoval, se umístili do 12. místa. Hlavními složkou bylo pozorování videozáznamů a sledování zápasů přímo na hřišti, dále pak zápis do záznamových archů a grafický i slovní popis sledovaných ukazatelů a činností. Jedná se o kvalitativní výzkum, který zjišťuje zastoupení jednotlivých typů útoku v taktikách týmů, čas, který tým potřebuje k dosažení bodu, úspěšnost jednotlivých typů útoku a ukazatel, kde týmy nejčastěji ztrácí disk.

Metody, které jsem ve výzkumu použil:

- **metoda pozorování**
- **metoda srovnávání**

### 5.1 Metoda pozorování

Pozorování je metoda, při které se snažíme sledovat a soustavně zaznamenávat, nebo popisovat činnost lidí, předmětů aj. Pozorování je nejstarší a také nejjednodušší metoda výzkumu, která se používá, jak pro sociální, tak přírodní vědy. Díky ní získáváme potřebné informace o sledovaném procesu nebo jevu. Pozorování patří mezi subjektivní a cílevědomé výzkumy. Pozorováním postihneme především jevovou stránku, podle které usuzujeme o podstatě. Pozorovaný předmět je přesně vymezen a často zesílen pomocí technických pomůcek. U pozorování je nutná systematizace a registrace. Může být nepřímé, což znamená ze záznamu, nebo přímé, dále pak strukturované a nestrukturované. Přímé pozorování pak dále dělíme na kontrolované a nekontrolované. Nekontrolované pozorování ještě rozlišujeme na nezúčastněné a zúčastněné. Pro strukturované pozorování je nutné používat inventáře, pozorovací systémy a škály. Při pozorování využíváme různých technik registrace pozorovatelných jevů (speciálně připravené protokoly, evidenční listy, hodnotící stupnice, technické prostředky, jako jsou například diktafon, nebo video). Speciální typ pozorování je participační pozorování neboli zúčastněné pozorování, které je typické pro kvalitativní pozorování.

Tato metoda je pro moji práci stěžejní a použil jsem jí k výzkumu útočných taktik ve frisbee ultimate.

## **5.2 Metoda srovnávání**

Srovnávání (komparace) spočívá ve srovnávání dvou jevů, kde srovnáváme stejné ukazatele a procesy. Pro srovnávání je důležité, aby jevy, které srovnáváme, měly stejnou náplň, položky a obsah.

Metoda srovnávání mi pomohla docílit srovnání údajů typů útoků ve frisbee ultimate.

## **6 Výzkumná část**

### **6.1 Použitý výzkumný vzorek**

Pro výzkumný vzorek byla použita 4 utkání z Mistrovství Evropy frisbee ultimate klubů 2013.

Týmy pocházejí z Velké Británie, Švýcarska, Itálie a České republiky. Hodnoceno bylo utkání například mistra Evropy (Clapham ultimate, UK) nebo týmu Prague devils, CZ.

Vzorek nebyl vybrán náhodně. Pro tento výzkum byly zvoleny týmy umístěné do 12. místa na ME klubů 2013, aby bylo možné dosáhnout širšího pohledu na útočné taktiky, které se ve frisbee ultimate objevují.

### **6.2 Popis výzkumu**

V rámci praktické práce jsem se sledoval utkání z Mistrovství Evropy klubů 2013. Zaměřil jsem se na útočnou fázi hry. Nutno říct, že jsem sledoval pouze útoky, ne útoky hrané po obraně soupeře. Důvodem je nasazování kvalitnějších a zkušenějších hráčů do útočné lajny týmu.

Pozornost jsem směřoval především k typům útočných taktik, které týmy hrají, a jejich procentuální úspěšnosti. Jednotlivé útoky týmu jsem zaznamenával do záznamových archů, ze kterých jsem vytvořil statistiku.

U útočných akcí jsem sledoval:

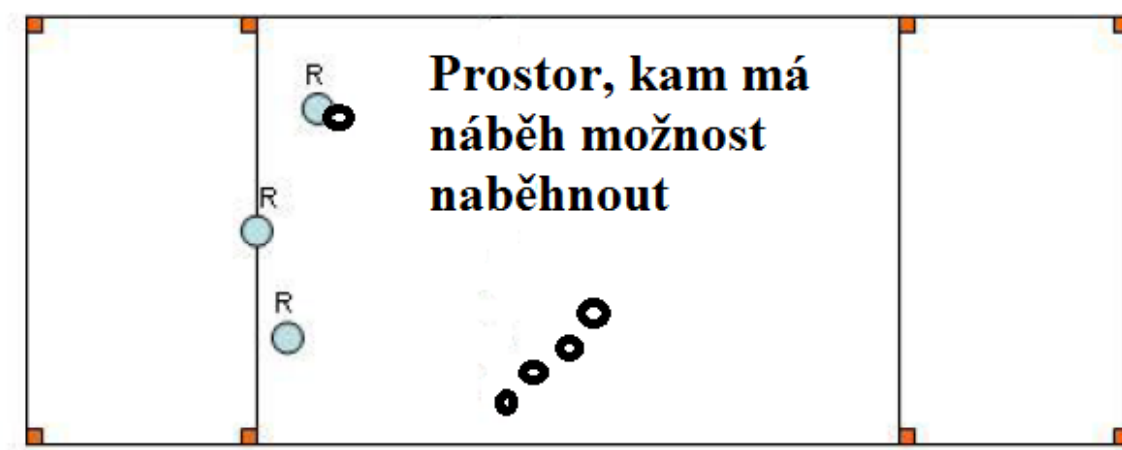
- zastoupení jednotlivých typů útoku
- potřebnou časovou délku k zakončení útoku
- úspěšnost útoku
- počet přihrávek potřebných k zakončení bodu u jednotlivých typů útoku
- jaký je průměrný počet ztrát disků
- jaký je průměrný počet ztrát disků u jednotlivých typů útoku
- v jakém prostoru týmy nejčastěji ztrácejí disk

## 6.3 Výsledky výzkumu

### 6.3.1 Definování jednotlivých útoků využívaných ve frisbee ultimate

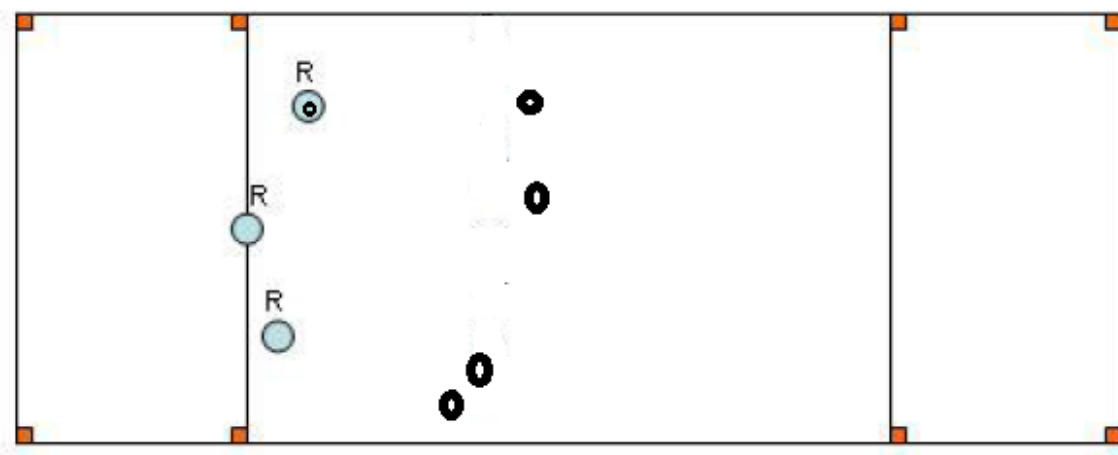
V teoretické části práce jsem popsal dvě základní taktiky (horizontální a vertikální lajna), které se vyskytují nejvíce. V rámci sledování vybraných utkání se jejich výskyt potvrdil. Zároveň jsem vypožadoval i další útočné taktiky, konkrétně krátká lajna, split-stack.

Rozdělení útočných pozic hráčů v krátké lajně je obdobné jako u horizontální lajny. Tým hraje se třemi handlers rozestavenými po celé šířce hřiště na úrovni disku. Rozdíl je u postavení náběhů. Náběhy stavíme při této taktice vždy na jednu stranu hřiště (vždy na opačnou, než je disk) tak, aby byla lajna nakloněna do hřiště. Hráč na nejbližší pozici k soupeřově zóně začíná nabíhat jako první. Může tedy při svém náběhu pracovat s velkým prostorem na hřišti. Naběhnout může jak pro dlouhou přihrávku do zóny soupeře tak i k disku.



Obr. 22: Krátká lajna (zdroj vlastní)

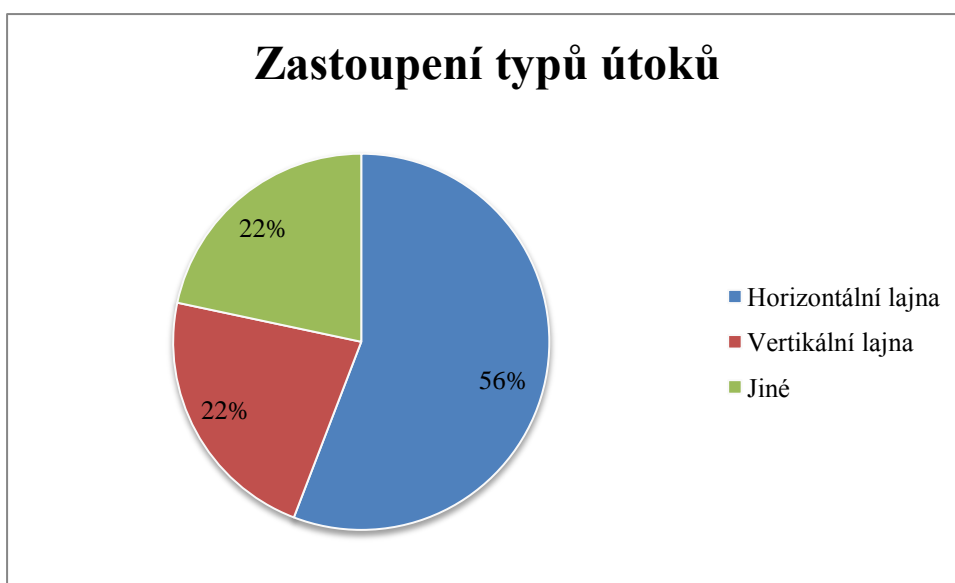
Split-stack se hraje podobně jako krátká lajna. Rozdělení pozic hráčů je stejné. Náběhy ale postavíme jinak, než v krátké lajně. Do otevřené strany postavíme dva středy a zbylé dva dlouhé budou postaveni stejně jako při krátké lajně na kraji hřiště (viz. obr.: 23). S prvními náběhy začínají hráči v otevřené straně. Ti stojí na své úrovni a začínají náběhem na dlouhou a pro disk (druhý náběh dělá opak). Můžeme říct, že split-stack vznikl složením krátké a horizontální lajny dohromady.



**Obr. 23:** Rozestavení split-stack (Zdroj vlastní)

### 6.3.2 Zastoupení jednotlivých útočných taktik při útočné fázi

Graf 1 znázorňuje zastoupení jednotlivých útočných taktik využívaných při hře frisbee ultimate.



**Graf 1:** Zastoupení útoků

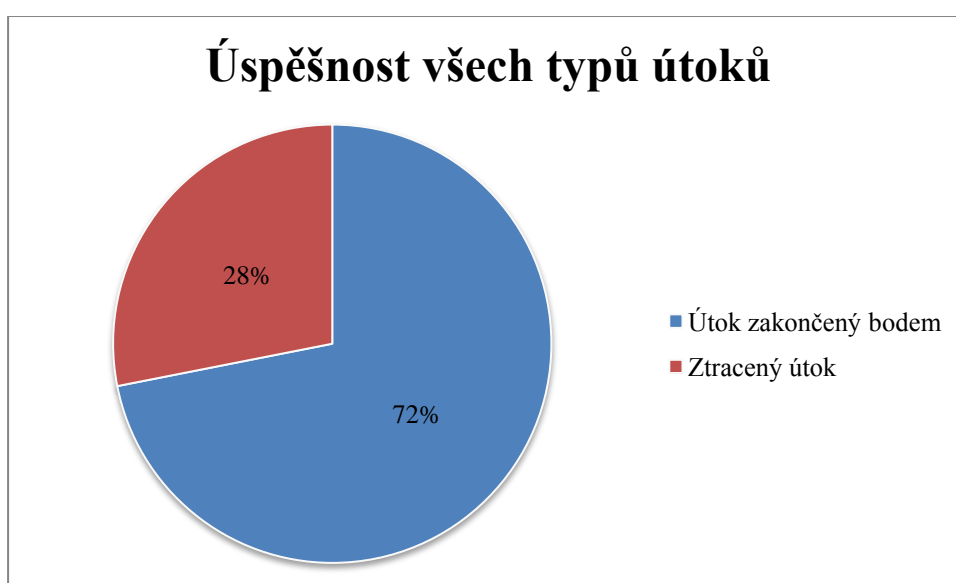
Z grafu 1 můžeme určit, že nejpoužívanější útočnou taktikou, kterou jsem si předem definoval, je horizontální lajna. Týmy ji využily v 56 % případech. Vertikální lajnu poté týmy nasazovaly v 22 % případech. Větší zastoupení horizontální lajny si vysvětluji její vyšší variabilitou při útočné fázi. Na úrovni, kterou jsem hodnotil, hrají hráči, kteří jsou schopni jak

výborně házet dlouhé tak i získat bod postupným útokem. Toto vše horizontální lajna umožňuje, a proto ji týmy na této úrovni velmi často nasazují. Velice zajímavý je údaj útoku „jiné“, v zápasech byla nasazována totožně jako vertikální lajna (22 %). Nutno říct, že do položky útoku „jiné“ jsem zahrnul i zónovou obranu. Tím se bezpochyby zvedla procentuální výsledek této položky. Zónová obrana se hrála maximálně v 50 % případech u položky „jiné“. Tak vysoké procento útoku „jiné“ ukazuje, že týmy hrají určitě více útočných taktik, než pouze dvě, které byly popsány v teoretické části práce.

### 6.3.3 Procentuální úspěšnost jednotlivých útoků

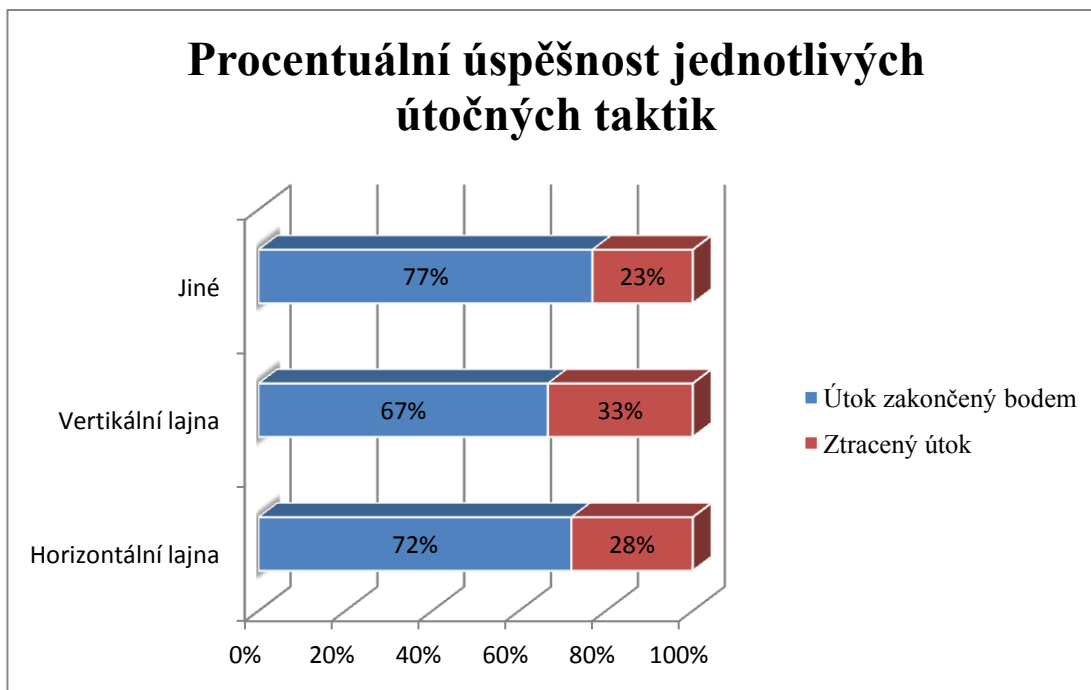
Při sledování procentuální úspěšnosti jsem se zaměřil na celkové zhodnocení a na porovnání v rámci typů útoků.

Celkovou procentuální úspěšnost všech útoků znázorňuje graf níže (Graf 2). Týmy byly v 72 % v útoku úspěšné. Tento fakt si vysvětlují vysokou kvalitou turnaje.



**Graf 2:** Úspěšnost typů útoků

Ze získaných dat je možné blíže určit nejúspěšnější útočnou taktiku. Z grafu 3 je patrné, že při využití taktiky shrnuté do položky „jiné“ (krátká lajna, split-stack) docházelo procentuálně k nejčastějšímu úspěšnému zakončení. Vyšší úspěšnost při porovnání horizontální a vertikální lajny, vykazuje lajna horizontální. Proto bych týmům tento způsob útoku doporučil, speciálně pokud tým je nucen skórovat za nerozhodného stavu.



**Graf 3:** Úspěšnost útočných taktik

Vedení podobné statistiky bych doporučil každému trenérovi. Získané výsledky jsou nenahraditelnou součástí při volení taktiky útoku. Je však důležité si uvědomit, že statistika je specifická pro určitý tým a nedá se obecně říct, jakou taktiku by měl tým volit. Proto i výsledky procentuální úspěšnosti v práci se nijak výrazně neliší.

#### **6.3.4 Závislost počtu přihrávek na jednotlivém typu útoku**

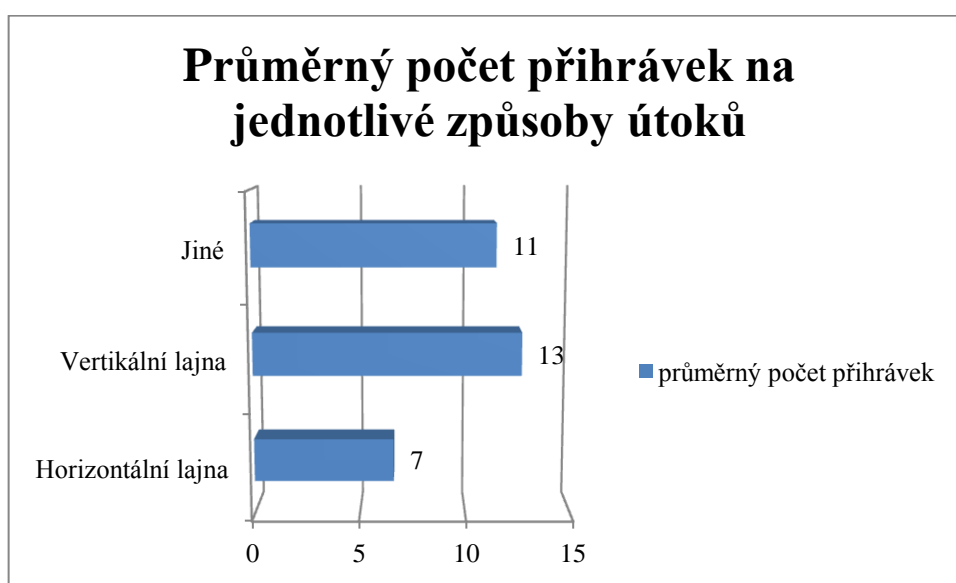
Průměrný počet přihrávek v jednom zápase pro útočící tým byl 117. V Grafu 4 jsou zaneseny celkové součty přihrávek pro jednotlivé typy útoků. Největší počet přihrávek má horizontální lajna. Tento fakt je dán tím, že i procentuální zastoupení tohoto typu útoku bylo nejvyšší. Nejméně přihrávek bylo potřeba pro útoky zahrnuté do položky „jiné“.



**Graf 4:** Počet přihrávek při různých typech útočných taktik

### 6.3.5 Průměrný počet přihrávek v jednotlivých typech útoků

U jednotlivých typů útoků jsem zjistil průměrný počet přihrávek. Tento údaj je možno využít při nasazování jednotlivých útočných taktik. Platí pravidlo: čím víc přihrávek, tím vyšší možnost ztráty disku. K tomu může dojít, jak vlastní chybou (špatný směr hodů do outu, chybná přihrávka či chyt), tak i obranou soupeře (turnover).

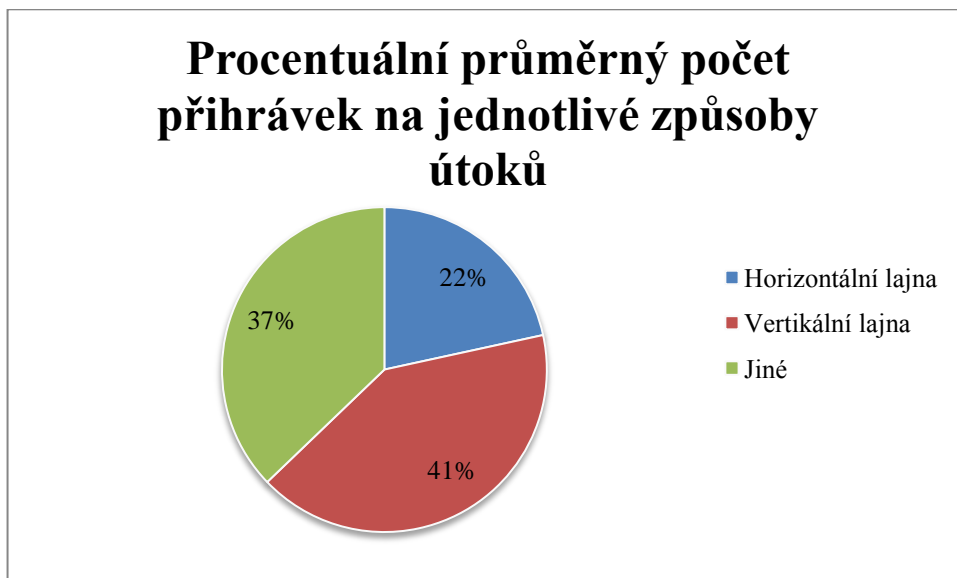


**Graf 5:** Průměrný počet přihrávek u různých typech lajn



Nejvyšší průměrný počet přihrávek jsem zjistil u vertikální lajny. Tento fakt odpovídá i tomu, že při této taktice dochází k nejnižší procentuální úspěšnosti. Tým je nucen provést v průměru 13 přihrávek za jeden odehraný bod.

Procentuálně nejnižší počet přihrávek byl zjištěn v horizontální lajně (viz Graf 6). V rámci této taktiky je snadné házet dlouhé pasy do zóny a tím skórovat. Díky tomuto faktu je taktika nejvíce úspěšná.



**Graf 6:** Procentuální průměrný počet přihrávek na jednotlivé způsoby útoků

### 6.3.6 Průměrný čistý čas útoku

Celková průměrná délka útoku v 1 zápase byla 9:46 minut. Vztáhnou-li celkový čas na jeden útok, tato doba se pohybuje okolo 0:49 minut. Tento údaj závisí také na obranné fázi. Pokud tým dokáže ubránit soupeře v jeho útoku a dát bod z této obrany, do svého útoku se útočný tým poté tak často nedostane.

V rámci práce mě zajímalo, jaké bylo nejdelší, popřípadě nejkratší celkové držení disku. Pokud tým suverénně vítězí nad svým soupeřem, dochází ke kratšímu držení disku. Jednomu ze sledovaných týmů stačilo na vítězství v zápase pouhých 6:58 minut.

Hráči v jednom útoku musejí být schopni běhat průměrně 1 minutu. Tento údaj mohou trenéři využít při fyzické přípravě ke zvýšení kondice a zdokonalení rychlostní vytrvalosti.

### 6.3.7 Procentuální zastoupení útoků postupným útokem oproti dlouhým přihrávkám do zóny

Pro měření jsem stanovil hodnotu v jednom bodě pro rychlý útok (dlouhé přihrávky do zóny) do 5 přihrávek včetně. Vyšší počet přihrávek byl definován pro taktiku postupným útokem.



**Graf 7:** Způsob zakončení

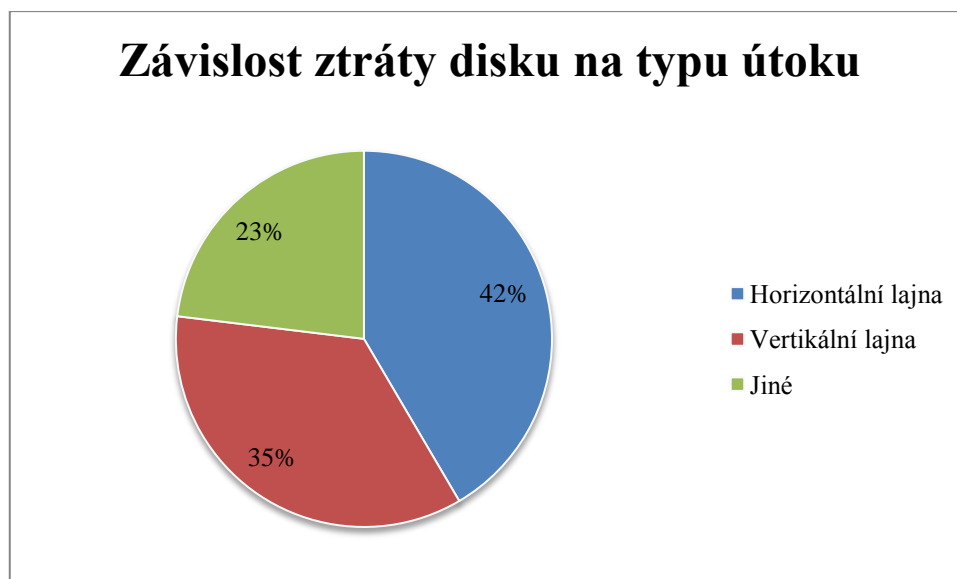
Z obrázku (Graf 7) je patrné, že týmy využívají častěji postupný útok. Při této taktice dochází k přihrávkám nejen dopředu k soupeřově zóně, ale i dozadu (dump) a do stran (swing). Jedná se o jistější typ útoku.

Rychlý útok si žádá dlouhé a přesné přihrávky do zóny soupeře, které vyžadují přesnost. Pokud tento útok vyjde, znamená to rychlý bod bez značného vynaložení úsilí.

### 6.3.8 Vliv typu útoku na počet ztrát disku

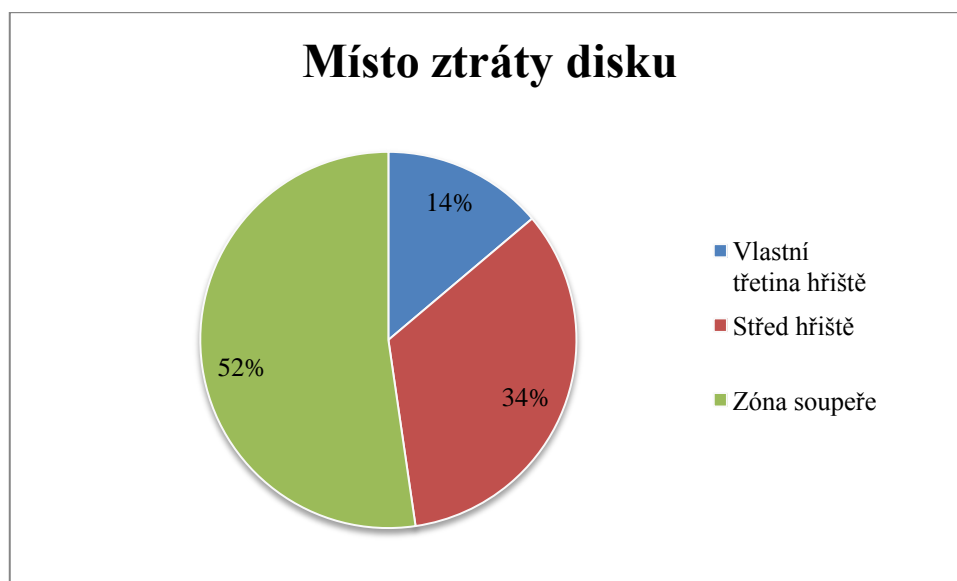
V této části práce jsem zjišťoval, jaký vliv má typ útoku na ztrátu disku (turnover). Výsledky jsou přibližně podobné s úspěšností popsanou v kapitole 6.3.3 (Procentuální úspěšnost jednotlivých útoků). Rozdíl mezi těmito kapitolami je znovuzískání disku a možnost skórování. K nejvyšším ztrátám disku dochází při horizontální lajně. V tomto útoku týmy často volí dlouhé přihrávky do zóny, které nejsou vždy úspěšné a mnohdy končí

turnoverem. Pro útočí tým to znamená však i výhodu. Bránící tým, který získal disk a útočí, musí s diskem „přejít“ často přes celé hřiště.



**Graf 8:** Závislost ztráty disku na typu útoku

Místo ztráty disku je velmi zajímavý údaj pro hráče i trenéry. Trenéři by měli vědět, kde jeho tým nejčastěji ztrácí disk a v tréninku se na tuto problematiku zaměřit. Na obrázku níže (Graf 9) jsou zanesena nejčastější místa ztráty disku – vlastní třetina hřiště, střed a zóna soupeře. K nejčastějším ztrátám docházelo v zóně soupeře, což bylo způsobeno například předčasnou přihrávkou do zóny.



**Graf 9:** Místo ztrát disku

## 7 Diskuze

V této bakalářské práci jsem se věnoval rozboru a srovnání jednotlivých útočných taktik, které se vyskytují při hře frisbee ultimate.

Ve výzkumu, který jsem k bakalářské práci zpracoval, bylo hodnoceno dohromady 5 vybraných zápasů (121 útoků) z Mistrovství Evropy klubů 2013. Z tohoto pozorování jsem vysledoval více než dvě v teoretické práci vysvětlené útočné taktiky. Další útočné taktiky byly popsány ve výzkumné části práce.

Z dílčích pozorování jsem vysledoval procentuální zastoupení jednotlivých útočných taktik. Nejčastěji hranou taktikou na tomto turnaji byla horizontální lajna (56 %). Vertikální lajna se hrála ve 22 % případech a jiné taktiky se hráli v 22 % případech. Vysoké zastoupení horizontální lajny je dané vspělostí týmů na tomto turnaji.

V další části výzkumu jsem se věnoval úspěšnosti útoků. Vysoká kvalita týmů se jistě promítla i do těchto měření. 72 % všech útoků bylo úspěšných. Pouze v 28 % případů útok neskončil bodem. Nejúspěšnější útočnou taktikou byla taktika „jiné“. V 77 % skončil útok zahrnutý pod položku „jiné“ bodem. Je patrné, že týmy využívají taktik vytvořených často přímo pro svůj tým a jsou s nimi velice úspěšní. Dalším faktorem, který se do tohoto vysokého čísla promítl, bylo započítávání zónové obrany do položky „jiné“. Druhou nejúspěšnější taktikou byla horizontální lajna, v 72 % případech skončila bodem. Nejméně úspěšná byla lajna vertikální, která skončila bodem v 67 % případech.

Dále jsem hodnotil časy potřebné k zakončení. Čistý průměrný čas, který potřeboval tým k získání bodu, byl 49 sekund. Průměrný čas, který tým stráví v útočné fázi hry je 9:46 sekund. Nejdéle útočícímu týmu v zápase jsem naměřil čas strávený v útočné fázi 14:23 s, nekratší naopak 6:58 s. U nejkratšího času stráveného v útočné fázi můžeme říct, že tým zakončoval rychlými útoky a získával body hlavně z obranné části hry.

Čemu jsem se ve výzkumu dále věnoval, byl způsob zakončení. Do 5-ti přihrávek jsem definoval útok jako rychlý, nad 5 přihrávek jako útok postupný. Z toho vyšlo, že týmy častěji útočí postupným útokem a to v 68 % případech, naopak rychlým útokem zakončují týmy pouze v 32 % případech.

Další část výzkumu byla věnována nejčastějšímu místu ztráty disku. Bylo vysledováno, že týmy nejvíce ztrácí disk u soupeřovy zóny a v ní (52 %). Dále potom ve středu hřiště 34 % a na vlastní třetině hřiště ztrácí týmy disk pouze v 14 %. Zajímal mě také procentuální ukazatel turnoverů při jednotlivých typech útoků. Nejméně turnoverů má taktika

„jiné“ (23 %). Dále potom vertikální lajna (35 %) a k nejvíce turnoverům dochází při horizontální lajně (42%).

Poslední část výzkumu jsem věnoval zastoupení přihrávek při jednotlivých typech útočných taktik. Průměrně nejvíce přihrávek potřebných k zakončení potřebuje vertikální lajna (13 přihrávek, 41 %), dále poté taktika „jiné“ (11 přihrávek, 22 %). Nejméně přihrávek potřebuje útočná taktika horizontální lajna (7 přihrávek, 22 %).

Před začátkem výzkumu jsem zformuloval konkrétní hypotézy, které jsou sepsané v kapitole 4, u kterých teď můžu určit jejich pravdivost, či nepravdivost.

**Hypotéza č. 1: Předpokládám, že ve frisbee ultimate existuje více než dvě útočné taktiky, které jsou popsány v teoretické části této práce.**

Ano, tato hypotéza se potvrdila. V teoretické části práce podrobně definoval 2 útočné taktiky (vertikální, horizontální lajna). Pomocí sledování, jsem vypočítával další dvě útočné taktiky. Byla jim krátká lajna a split-stack.

**Hypotéza č. 2: Předpokládám, že horizontální lajna bude procentuálně o 30 % více zastoupena oproti zastoupení vertikální lajně.**

Ano, tato hypotéza se potvrdila. Horizontální lajna se hrála o 34 % více, než vertikální lajna. Horizontální lajna se hraje častěji na této úrovni, kterou jsem hodnotil, z důvodu větší flexibility této útočné taktiky.

**Hypotéza č. 3: Předpokládám, že vertikální lajna bude mít procentuálně o 10 % vyšší úspěšnost ve srovnání s vertikální lajnou.**

Ne, tato hypotéza se nepotvrdila. Vertikální lajna má dokonce nižší úspěšnost oproti horizontální lajně. Může to být způsobeno počtem přihrávek, který je potřebný k získání bodu u vertikální lajny. Počet přihrávek potřebný k zakončení útoku při vertikální lajně je o 4 vyšší, než při horizontální lajně.

**Hypotéza č. 4: Předpokládám, že u vertikální lajny bude potřeba větší počet přihrávek a to 12, u horizontální lajny předpokládám přihrávek pouze 9.**

Ano, tato hypotéza se potvrdila. Nejvíce přihrávek je potřeba u vertikální lajny (13), taktiky „jiné“ využili průměrně 11 přihrávek. Nejméně přihrávek bylo zapotřebí při horizontální lajně, a to 7. Děje se tak díky tomu, že přihrávky v horizontální lajně jsou

mnohem častěji směřovány dopředu k soupeřově zóně. U vertikální lajny směřují přihrávky daleko více do stran.

**Hypotéza č. 5: Předpokládám, že průměrný čas odehraný v útoku 1 bodu nebude vyšší jak 1 minuta.**

Ano, tato hypotéza se potvrdila. Týmy potřebovali ke skórování průměrně 0:49 sekund. Na této úrovni je snahou dostat disk do zóny soupeře co možná nejdříve. Často dochází k dlouhým přihrávkám přes celé hřiště až do soupeřovy zóny. Hráči se také snaží co nejrychleji si přihrávat, aby byla obrana pod neustálým tlakem.

**Hypotéza č. 6: Předpokládám, že hra postupným útokem bude zastoupena ze 60% oproti útoku dlouhými přihrávkami do zóny.**

Ano, tato hypotéza se potvrdila. Dlouhé přihrávky přes celé hřiště jsou velice riskantním způsobem zakončení. Proto týmy častěji volí způsob zakončení spíše postupným útokem, při kterém nedochází k tak dlouhým přihrávkám.

**Hypotéza č. 7: Předpokládám, že u obou útočných lajn dochází k podobně časté ztrátě disků, v průměru 5 ztrát disku za zápas.**

Ne, tato hypotéza se nepotvrdila. K častější ztrátě disku dochází při horizontální lajně. Může to být způsobeno delšími přihrávkami u horizontální lajny, oproti vertikální lajně. Dále potom vyšším množstvím dlouhých pasů přes celé hřiště, které jsou více riskantní a dochází při nich k vyšší ztrátě disku.

## 8 Závěry

Hlavním cílem této bakalářské práce bylo zmapovat a porovnat útočné taktiky, které se využívají ve frisbee ultimate. Dále pak jaké je jejich zastoupení a úspěšnost, počet přihrávek potřebných k zakončení, čas potřebný k zakončení, jakým způsobem týmy zakončují a porovnat počet ztrát disku u jednotlivých taktik. Z těchto cílů byly vyvozeny problémy práce, na které si v této kapitole odpovím.

- **Jaké existují typy útočných taktik ve frisbee ultimate?**

Týmy volí útočnou taktiku podle typologie svých hráčů, což je hlavním důvodem vzniku taktik ušitých hráčům na míru. V teoretické části práce jsem popsal 2 útočné taktiky (horizontální a vertikální lajna).

**Závěr výzkumu:** Pomocí sledování vybraných zápasů, jsem vypočetl další dvě útočné taktiky (krátká lajna a split-stack).

- **Jaké je procentuální využití typů útoků v zápase?**

Nejčastěji volenou taktikou útoku byla horizontální lajna. Tento způsob útoku se hraje na vyšší úrovni turnajů častěji. Vyniká větší flexibilitou oproti ostatním taktikám.

**Závěr výzkumu:** Nejčastěji hranou taktikou byla horizontální lajna (56 %). Zastoupení vertikální lajny a taktik „jiné“ bylo totožné (22 %).

- **Jaká je procentuální úspěšnost jednotlivých útoků?**

Týmy často využívají taktik sestavených přímo pro svůj tým, s nimi bývají velice úspěšní. Na úspěšnosti útoků má vliv řada faktorů. Jedním z nich může být počet přihrávek, který je potřebný k získání bodu. Dalším faktorem je obrana soupeře, popř. klimatické podmínky (vítr, déšť).

**Závěr výzkumu:** 72 % všech útoků bylo úspěšných a skončilo bodem. Nejúspěšnější útočnou taktikou byla taktika „jiné“ (v 77 % případech skončil útok bodem). Vertikální lajna má nižší úspěšnost (67 %) oproti horizontální lajně (72 %).

- **Závisí počet přihrávek na jednotlivém typu útoku, jaký je průměrný počet přihrávek v jednotlivých typech útoků?**

Každá útočná taktika vyžaduje rozdílný počet přihrávek. Některé útoky využívají šíři celého hřiště, naopak některé jsou přímočaré do soupeřovy zóny.

**Závěr výzkumu:** Průměrně nejméně přihrávek potřebuje útočná taktika horizontální lajna (7 přihrávek). Nejvíce přihrávek bylo potřeba k zakončení u vertikální lajny (13 přihrávek), dále poté u taktiky „jiné“ (11 přihrávek).

- **Jaký je průměrný čistý čas odehraný v útoku?**

Pokud týmu stačí krátký čas v útočné fázi, lze to vysvětlit dlouhými pasy do soupeřovy zóny. Popř. dokáže ubránit a skórovat z obrany.

**Závěr výzkumu:** Čistý průměrný čas, který potřeboval tým k získání bodu, byl 49 sekund. Průměrný čas, který tým strávil v útočné fázi hry, byl 9:46 sekund.

- **Jaké je procentuální zastoupení útoků postupným útokem oproti dlouhým přihrávkám do zóny?**

Postupný útok jsem hodnotil do 5-ti přihrávek, rychlý útok poté nad 5 přihrávek. Vyspělejší týmy daleko častěji útočí dlouhými pasy do zóny. Stačí jim poměrně málo dobře mířených a chycených hodů směrem do soupeřovy zóny.

**Závěr výzkumu:** Častěji docházelo k postupnému útoku (v 68 % případech), naopak rychlým útokem zakončují týmy pouze v 32 % případech.

- **Má typ útoku vliv na počet ztrát disku?**

Některé typy útoků jsou riskantnější oproti jiným. K častým riskantním situacím dochází při dlouhých hodech, prohazování soupeře do zavřené strany. Vysokým faktorem je i dobře provedená obrana soupeře. Vysoká ztráta disku je zapříčiněna často i zbrklostí útočníka (dopravit rychle disk do soupeřovy zóny).

**Závěr výzkumu:** Nejméně turnoverů vykazovala taktika „jiné“ (23 %). Dále potom vertikální lajna (35 %) a k nejvíce turnoverům dochází při horizontální lajně (42%). Týmy nejvíce ztrácí disk u soupeřovy zóny a v ní (52 %). Dále potom ve středu hřiště 34 %, na vlastní třetině hřiště ztrácí týmy disk pouze v 14 % případů.



Přínosem této práce je komplexní zmapování útoku ve frisbee ultimate. Popsal jsem a vyhodnotil dovednosti potřebné k útočné fázi. Dále jsem analyzoval vybrané zápasy z Mistrovství Evropy klubů 2013.

Tato práce je určena především trenérům, učitelům a všem, kteří se o hru frisbee ultimate zajímají. Například začínající týmy z práce mohou čerpat základní dovednosti a taktiky. Pokročilejší týmy mohou využít výsledků výzkumu k vylepšení vlastní hry.

Týmy mohou využít mnou navržený způsob hodnocení zápasu ke zhodnocení svého týmu. Tímto hodnocením mohou objevit skryté slabiny při útoku a předcházet jim. Naopak je možné sledovat útok soupeře a připravit si proti němu obrannou část hry.

## 9 Použitá literatura

1. **BACCARINI, M.; BAHL, J.** *Ultimate Frisbee : History - Present - Future*. Norderstedt: GRIN Verlag, 2007. ISBN 978-3-638-86961-4.
2. **BOOTH, T.** *Essential Ultimate: Teaching, Coaching, Playing*. Leeds: Human Kinetics, 2008. ISBN 978-0-7360-5093-7.
3. **BUKAČ, L.** *Trénink herní přirozenosti: kouzlo hráčského naturelu*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5054-5.
4. **HŘÍBAL, J.** *METODIKA A PRŮPRAVNÁ CVIČENÍ V ULTIMATE FRISBEE PRO UČITELE 2. STUPNĚ*. Liberec, 2012. Bakalářská práce. Technická univerzita v Liberci. Vedoucí práce Mgr. Jaroslav Kupr.
5. **LEGRAND, L.; RAT, M.** *Basketbal*. Bratislava: Mladé letá, 2002. ISBN 80-06-01161-3.
6. **MALAFRONTÉ, V. A.** *The complete book of frisbee: The history of the sport & The first official price guide*. Almeda: American Trends Publishing Co., 1998. ISBN 0-9663855-2-7.
7. **VESELÝ, T.; FILANDR, J.** *Frisbee: Létat je tak snadné: Pravidla a metodika sportů s létajícím diskem*. Praha: Česká asociace létajícího disku, 2007.
8. **PARINELLA, J.; ZASLOW, E.** *Ultimate techniques & tactics*. Leeds: Human Kinetics, 2004. ISBN 0-7360-5104-X.
9. **PERIČ, T.; DOVALIL, J.** *Sportovní trénink*. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-802-4721-187.
10. **SLEPIČKA, P.; HOŠEK V.; HÁTLOVÁ, B.** *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2009. ISBN 978-802-4616-025.
11. **STUBBS, R.** *Kniha sportů*. Praha: Euromedia Group, k. s., 2009. ISBN 978-80-242-2558-6.
12. **ZATLOUKALOVÁ, I.; HEILMANN, K.; KOTĚŠOVEC, P.** *Mistrovství světa klubů v ultimate frisbee*. Praha: Česká asociace létajícího disku, 2010.

13. **Historie frisbee.** [online]. [cit. 2014-03-24]. Dostupné z: <<http://cald.cz/historie-ultimate>>.
14. **Raise your game.** [online]. [cit. 2014-03-24]. skyd magazine, 2012. Dostupné z: <<http://skydmagazine.com/?s=raise>>.
15. **Univerzita Palackého v Olomouci.** Olomouc: Univerzita Palackého[Online] [citace: 26. 3. 2014]. Dostupné na: [http://www.upol.cz/fileadmin/user\\_upload/FF-katedry/kae/Metodologie\\_odborne\\_prace\\_-\\_opory.pdf](http://www.upol.cz/fileadmin/user_upload/FF-katedry/kae/Metodologie_odborne_prace_-_opory.pdf)
16. **World Flying Disc Federation** [online] [cit. 2014-03-12]. Dostupné z: <<http://www.wfdf.org/>>.

## 10 Seznam obrázků a grafů

### 10.1 Seznam obrázků

Obr. 1: Hřiště na frisbee ultimate .....	13
Obr. 2: SOTG .....	15
Obr. 3: Držení disku při odhodu forhandem .....	19
Obr. 4: Pivotování na forhendovou stranu .....	20
Obr. 5: Držení disku při odhodu backhand .....	20
Obr. 6: Pivotování na beckandovou stranu.....	21
Obr. 7: Over- head- základní postoj .....	22
Obr. 8: Hammer- základní postoj .....	23
Obr. 9: Pivotování z forhandové strany na beckandovou.....	24
Obr. 10: Chytání na čápa .....	26
Obr. 11: Chytání obouruč vrchem .....	26
Obr. 12: Chytání obouruč spodem.....	26
Obr. 13. Otevřená, zavřená strana .....	27
Obr. 14: Postavení vertikální lajny z prostředku hřiště .....	32
Obr. 15: Postavení lajny při útoku ze strany .....	33
Obr. 16: Schéma možných náběhů (útok veden po levé/ pravé straně) .....	34
Obr. 17: Dump na úrovni házeče.....	35
Obr. 18: Rozestavení hráčů v příčné lajně.....	36
Obr. 19: Rozehrávka disku ze prostředku hřiště.....	36

Obr. 20: Rozehrávka z kraje .....	37
Obr. 21: Útok proti zónové obraně .....	38
Obr. 22: Krátká lajna .....	44
Obr. 23: Rozestavení split-stack .....	45

## 10.2 Seznam grafů

Graf 1: Zastoupení útoků .....	45
Graf 2: Úspěšnost typů útoků .....	46
Graf 3: Úspěšnost útočných taktik .....	47
Graf 4: Počet přihrávek při různých typech útočných taktik .....	48
Graf 5: Průměrný počet přihrávek u různých typech lajn .....	48
Graf 6: Procentuální průměrný počet přihrávek na jednotlivé způsoby útoků .....	49
Graf 7: Způsob zakončení .....	50
Graf 8: Závislost ztráty disku na typu útoku .....	51
Graf 9: Místo ztrát disku .....	51

## **11 Seznam příloh**

Příloha 1- Zápisový arch pro pozorování

## 12 Přílohy

### Příloha 1- Zápisový arch pro pozorování

Útok číslo	Týmy hrající proti sobě				Útok týmu A				Útok týmu B			
	Časová délka hry v 1 bodu	Počet turnoverů v 1 bodu	Počet přihrávek		Horizontální lajna	Vertikální lajna	Jiné	Úspěšnost útoku (ANO/NE)	Horizontální lajna	Vertikální lajna	Jiné	Úspěšnost útoku (ANO/NE)
					Vlastní půlka hřiště	Střed hřiště	Zóna soupeře					
1.												
2.												
3.												
4.												
5.												
6.												
7.												
8.												
9.												
10.												
11.												
12.												
13.												
14.												
15.												
16.												
17.												
18.												
19.												
20.												
21.												
22.												
23.												
24.												
25.												

**Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta**

**M.D. Rettigové 4, 116 39 Praha 1**

**Prohlášení žadatele o nahlédnutí do listinné podoby závěrečné práce**

**Evidenční list**

Jsem si vědom/a, že závěrečná práce je autorským dílem a že informace získané nahlédnutím do zveřejněné závěrečné práce nemohou být použity k výdělečným účelům, ani nemohou být vydávány za studijní, vědeckou nebo jinou tvůrčí činnost jiné osoby než autora.

Byl/a jsem seznámen/a se skutečností, že si mohu pořizovat výpisy, opisy nebo rozmnoženiny závěrečné práce, jsem však povinen/povinna s nimi nakládat jako s autorským dílem a zachovávat pravidla uvedená v předchozím odstavci tohoto prohlášení.

Poř.č.	Datum	Jméno a Příjmení	Adresa trvalého bydliště	Podpis
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				